

## **КУРОРТЫ И ЗДРАВНИЦЫ БЕЛАРУСИ**

Курорты и здравницы Беларуси Справочное издание Досин Ю.М., Ловчая Л.В., Пирожник И.И. и др. Под ред. Ю.М.Досина, И.И.Пирожника. – Минск, издательство «Белорусская Энциклопедия им. Петруся Бровки», 2008.–344 с.

гелиотерапия, купание. Работают столовая на 160 мест (диеты № 5, 9, 10, 15), банкетный зал, кафе, сауна, прачечная, пункт проката спортивного инвентаря, автостоянка. Культурно-массовые мероприятия (конкурсно-игровые программы, концерты, дискотеки) проводятся в кино- и танцевальном залах, на летней танцплощадке, библиотеке. Оборудованы спортивный и тренажёрный залы, бассейн с водными горками, стадион, открытый теннисный корт, лыжероллерная трасса, детские комната и площадка, пляж, лодочная станция. Проводятся экскурсии в Волковыск, Коссово, Пружаны, Жировичи, национальный парк Беловежская пуша.

**РЫБАЧНОЕ**, озеро в Борисовском р-не Минской обл., в бассейне р. Маска (приток р. Рова). Находится в 22 км к югу от г. Борисов, в 4 км к юго-востоку от рабочего посёлка Зелёный Бор, на краю обширного торфяного массива. Площадь 0,45 км<sup>2</sup>. В результате мелиоративных работ на водосборе уровень воды в водоёме понизился. В засушливое лето озеро полностью пересыхает. На всей площади выявлен сапропель органического типа. Месторождение укрыто торфяной сплавной. В 1990—92 здесь были созданы сооружения для добычи сапропеля экскаваторно-грейферным способом для производства органических удобрений. Объект является перспективным для заготовки лечебных грязей для курорта *Ждановичи*.

**«САЛЮТ»**, база отдыха республиканского унитарного транспортного предприятия «Брестгрузавтосервис» в Кобринском р-не Брестской обл., в 10 км от г. Кобрин, в д. Пески 2. Расположена в сосновом бору, на берегу р. Мухавец. Открыта в 1971. Рассчитана на 75 мест. Дети принимаются с любого возраста. Размещение в 4 2-этажных домиках. Питание в столовой на 100 мест. В клубе проводятся танцевальные вечера и дискотеки, на спортивных площадках – соревнования по баскетболу, волейболу, футболу, настольному теннису. Организуется рыбалка; обустроена площадка для пикников.

**САНАТОРИЙ** (от лат. sanare лечить, исцелять), стационарное лечебно-профилактическое учреждение для лечения больных преимущественно природными лечебными средствами (климат, минеральные воды, лечебная грязь) в сочетании с диетотерапией, лечебной физкультурой, физиотерапией при соблюдении соответствующего режима лечения и отдыха. Санатории организуются как на курортах, так и вне курортов. Различают для взрослых, детей, подростков, родителей с детьми. Бывают общего типа и специализированные: для больных с заболеваниями органов кровообращения, пищеварения, нарушениями обмена веществ (сахарный диабет, ожирение, подагра), заболеваниями органов опорно-двигательного аппарата, нервной системы, органов дыхания нетуберкулёзного характера, гинекологическими, кожными заболеваниями, болезнями почек, психоневрологических больных, для больных туберкулезом легких и др. локализаций. Основные направления деятельности: лечебное, реабилитационное, рекреационное. Для проведения лечебно-диагностической работы с учётом медицинского профиля санатория предусмотрены оборудованные кабинеты, лаборатории. Санаторное здание

включает ряд функциональных блоков: спальня, лечебная, питания, культурно-массового обслуживания, хозяйственный и административный. Организация труда персонала и медицинского обслуживания санатория подчинена главному врачу, который возглавляет санаторий, руководит всей медицинской, административной и финансово-хозяйственной деятельностью. Отделением санатория руководит заведующий – высококвалифицированный врач-специалист, организующий лечение, отвечающий за его постановку. Непосредственно лечением больных занимается врач-ординатор, который отвечает за надлежащий порядок и организацию ухода за больными, владеющий знаниями в области климатолечения, лечебной физкультуры, физиотерапии и диетотерапии, как обязательными элементами комплексной терапии в санатории. Существуют требования к проектированию, строительству и реконструкции санаториев, которые определяются строительными и санитарно-гигиеническими нормами. Строительство санаториев осуществляется с учётом различных климатических зон, санитарно-гигиенических норм жилых помещений, предусматривает номенклатуру лечебно-диагностических помещений с учётом специализации санатория.

В Беларуси (2007) 68 санаториев (19 тыс. коек; обслужено 328,3 тыс. человек), в т.ч. 9 детских (2,5 тыс. коек; обслужено 31,7 тыс. человек). Большинство санаториев находятся в ведении государственного учреждения «Центр по санаторно-курортной работе «Центр Курорт» Управления делами Президента Республики Беларусь [«Боровое», «Городиц», «Приозёрный», «Сосны», «Юность», «Белая Русь» в г. Туапсе, «Беларусь» в г. Сочи (Россия), «Беларусь» в г. Друскининкай (Литва), «Белоруссия» в г. Юрмала (Латвия), «Белоруссия» в г. Мисхор (Украина)], санаторно-курортного унитарного предприятия «Белпрофсоюзкурорт» Федерации профсоюзов Беларуси («Белорусочка», «Буг», санаторий имени В.И.Ленина, «Криница», «Лётцы», «Нарочь», «Нарочанский берег», «Нёман-72», «Приднепровский», «Свислочь», «Чёнки»), унитарного предприятия «Белагроздравница» Белорусского агропромышленного союза («Налибокская пуца», «Поречье», «Радон», «Рассвет», «Росинка», «Случь», «Солнышко», «Сосновый бор»), Министерства труда и социальной защиты («Белая Вежа», «Березина», «Вяжути», «Ясельда») и др. ведомств и предприятий.

**САНАТОРИЙ-ПРОФИЛАКТОРИЙ**, лечебно-профилактическое учреждение санаторного типа. Обеспечивают лечебно-оздоровительные мероприятия без отрыва от производства (учёбы), в свободное от работы (учёбы) время. Использование санаториев-профилакториев для укрепления здоровья – одно из направлений диспансерной работы, проводимой медицинскими учреждениями. В санаторий-профилакторий направляются рабочие и служащие, находящиеся на диспансерном учёте по причине хронических заболеваний, длительно и часто болеющие, перенёсшие тяжёлые острые заболевания, травмы, а также в целях профилактики профессиональных заболеваний. Существуют санатории-профилактории двух профилей: общетерапевтические (для больных с хроническими

заболеваниями желудочно-кишечного тракта, функциональными нарушениями нервной системы, гипертонией, ревматизмом и др.) и специализированные (преимущественно для больных туберкулёзом). Отбор пациентов в санатории-профилактории осуществляется врачами медсанчасти или др. прикрепленного к предприятию или организации лечебно-профилактического учреждения. Санаторий-профилакторий должен иметь помещения для организации полноценного отдыха (палаты, комнаты дневного пребывания, санпропускник и пр.), пищеблок, столовую, лечебные кабинеты (физиотерапевтический, процедурный, ингаляторий, лечебной физкультуры и др.). Хозяйственное содержание санаториев-профилакториев является обязанностью администрации предприятия или организации, которой принадлежит санаторий-профилакторий.

В Беларуси в 2005 было 75 санаториев-профилакториев, в 2006 они в основном преобразованы в санатории, оздоровительные центры и комплексы. В 2007 функционируют 16 студенческих санаториев-профилакториев на 545 мест (обслужено 17,6 тыс. человек): в Бресте – Брестского государственного технического университета (на 55 мест); Витебске – Витебской государственной академии ветеринарной медицины (на 50 мест), Витебского государственного медицинского университета (на 50 мест), Витебского государственного технологического университета (на 75 мест), Витебского государственного университета имени П.М.Машерова (на 100 мест); Гомеле – Гомельского государственного технического университета имени П.О.Сухого (на 155 мест, в т.ч. 59 амбулаторных), Гомельского государственного университета имени Франциска Скорины (на 130 мест, в т.ч. 92 амбулаторных); Минске – Белорусского государственного медицинского университета (на 100 мест), Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка (на 100 мест), Белорусского государственного технологического университета (на 100 мест), Белорусского государственного университета (на 100 мест), Белорусского государственного экономического университета (на 100 мест); в Минском р-не (д. Приморье) – Белорусского национального технического университета (164 места); Могилёве – Белорусско-Российского университета (на 50 мест), Могилёвского государственного университета имени А.А.Кулешова (на 50 мест); Мозыре -- Мозырского государственного педагогического университета имени И.П.Шамякина (на 130 мест, в т.ч. 86 амбулаторных).

**САНАТОРИЙ ИМЕНИ В.И.ЛЕНИНА**, санаторий санаторно-курортного унитарного предприятия «Белпрофсоюзкурорт» Федерации профсоюзов Беларуси в г. Бобруйск Могилёвской обл., на курорте *Бобруйск*. Одна из старейших здравниц Беларуси. Санаторий расположен в парковой зоне, на правом берегу р. Березина. Организован в 1920 как дом отдыха на базе усадьбы крупного подрядчика Бобруйской страховой кассы, преобразован в 1946 в санаторий. Рассчитан на 600 мест. Дети принимаются с 3 лет. Включает 2 5-этажных спальных и 1-этажный административный корпуса, водогрязелечебницу, питьевой бювет минеральной воды. Природные лечеб-

ные факторы: благоприятный климат, источники хлоридно-натриевых минеральных вод (минерализация 18,7—26,6 г/дм<sup>3</sup>) с повышенным содержанием брома (26—34 мг/дм<sup>3</sup>), сульфатно-хлоридных кальциево-натриевых (минерализация 6,8 г/дм<sup>3</sup>), содержащих магний (аналог минеральной воды курорта Трускавец, Украина) и хлоридно-сульфатных малой минерализации (3,2 г/дм<sup>3</sup>), сапропелевые грязи озера Судобле (Смолевичский р-н). Профиль лечения: болезни костно-мышечной, нервной, мочеполовой систем, органов пищеварения. Лечебно-диагностическая база санатория представлена кабинетами иридо-, рефлексоло-, ультразвуковой и функциональной диагностики, электрокардиографии, кольпоскопии, клинической лабораторией. Работают кабинеты: кишечный, урологический, ЛОР-кабинет, аппаратного, вакуумного и ручного массажа, электросвето- и озокерито-парафинолечения, ингаляций, спелео-, баро-, лазеро-, биотрон-, механотерапии, лечебной физкультуры, стоматологический, иглорефлексоло-, психо-, мануальной терапии, фитобар, солярий и др. Применяются ванны (хлоридно-натриевые, минеральные, с лекарственными травами, жемчужные, йодобромные, скипидарные), лечебные души (циркулярный, душ Шарко, восходящий, струевой), подводный душ-массаж, вихревые ванны для конечностей, сауна. Сапропелевые грязи с помощью механической подачи из грязехранилища подаются к 22 кушеткам грязевого отделения, где используются в виде аппликаций, укутывания, обёртывания, внутрисполостных процедур и электрогрязелечения. Разработаны комплексы по очищению организма и антицеллюлитная программа. Применяются методы рефлексоло-, психо-, мануальной терапии с использованием терморелаксации мышц и вытяжения позвоночника на аппарате «Релакс», медикаментозная (включая внутримышечные и внутривенные инъекции) и диетотерапия, питье минеральной воды. Питание в столовой на 490 мест (вегетарианское меню, диеты № 1, 5, 9, 10, 15). Здравница имеет парк, где высажены хвойные и лиственные деревья, кустарники, оформлены газоны декоративных трав, клумбы многолетних и однолетних цветущих растений. Имеются необходимые малые архитектурные формы (беседки, скамейки), танцевальная веранда, 3 спортивных зала, оснащённых современными тренажёрами, спортивные площадки, теннисный корт. Работают бар, почта, пункт проката бытовой техники и спортивного инвентаря. Оборудованы детские площадки (горка, карусель, домик, беседки, лестницы), пляж. Для проведения культурно-массовых мероприятий (вечера танцев, вечера-конкурсы, музыкальные посиделки под баян, концерты художественной самодеятельности отдыхающих и сотрудников санатория) имеются кино- и танцевальный залы, библиотека; создан музей санатория. Организуются экскурсии -- обзорная по городу, в краеведческий музей Бобруйска и др.

**САНАТОРИЙ ИМЕНИ К.П.ОРЛОВСКОГО**, санаторий сельскохозяйственного производственного кооператива «Рассвет» имени К.П.Орловского в г. Кировск Могилёвской обл. Расположен в лесопарковой зоне, на территории бывшей усадьбы. Открыт в 1984. Рассчитан на 100 мест. Дети принимаются с 3 лет. Включает 3-этажный корпус с пристроенными к

нему помещениями пищеблока, сауны с бассейном и зимнего сада. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, минеральная сульфатно-хлоридная кальциево-магниевая вода (минерализация 2,9 г/дм<sup>3</sup>), лечебная сапропелевая грязь. Профиль лечения: болезни костно-мышечной системы и органов пищеварения. Санаторий располагает клинико-биохимической лабораторией, кабинетами электрокардиографии, ультразвуковой диагностики. Лечебная база представлена кабинетами физиотерапевтическим, парафино-озокеритолечения, лазеро-, спелеотерапии, ручного массажа, лечебной физкультуры, ингаляций, фитобаром, бюветом с минеральной водой. Для водо- и грязелечения оборудованы душевой зал с кафедрой (души Шарко, циркулярный и др.), ванный зал, где отпускаются хвойные, жемчужные, йодобромные, скипидарные, пресные, ванны с ромашкой, подводный душ-массаж; кабинет кишечных промываний и орошений; кушетки с электроподогревом для грязевых аппликаций, кабинет гальваногрязей. Работает столовая на 100 мест. Организовано заказное диетическое питание. Имеются кинотеатр с танцевальным залом, библиотека с читальным залом, зал для игры в бильярд и теннис, сауна с бассейном, детская и спортивная площадки. Для отдыха в зимнее время организуются лыжные прогулки. Проводятся экскурсии по территории СПК «Рассвет» имени К.П.Орловского с посещением музея имени К.П.Орловского.

**САНАТОРИЙ** транспортного республиканского унитарного предприятия «Гомельское отделение Белорусской железной дороги» в г. Гомель. Расположен возле городского парка, в окружении фруктового сада, на берегу р. Сож. Открыт в 1964, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 180 мест. Дети принимаются с 6 лет. В летнее время проводятся специализированные смены для матерей с детьми. К санаторию присоединён детский санаторий «Лесные дали». Включает 5-этажный спальный и 4-этажный лечебный корпуса, соединённые переходом. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, сульфатно-хлоридно-натриевая и хлоридно-натриевая минеральные воды для питья (аналогичные водам курортов Бирштонас, Друскининкай, Трускавец, Феодосия) и бальнеопроцедур, сульфидные иловые лечебные грязи Черноморских лиманов Кызылташского месторождения (г. Анапа, Краснодарский край, Россия). Профиль лечения: болезни системы кровообращения, костно-мышечной, нервной, мочеполовой систем, органов дыхания, пищеварения, болезни кожи. В составе диагностической базы кабинеты кольпоскопии, акупунктурной и функциональной диагностики. Для проведения санаторно-курортного лечения имеются кабинеты: лечебного массажа, электросветолечения, электросна, КВЧ-терапии, магнито-, лазеро-, гало-, кинезо-, рефлексо-, психо-, механотерапии, лечебной физкультуры; бассейн, сауна, ингаляторий (ингаляции щелочные, масляные, лекарственные, с минеральной водой, тепловлажные ультразвуковые), терренкур, солярий. Применяются ванны минеральные, йодированные, кислородные, жемчужные, пресные, лекарственные, ароматические, контрастные, вихревые; души дождевой, игольчатый, восходящий, циркулярный, струевой;

грязевые ванны и аппликации, грязелечение внутрисполостное, электрогрязь; парафиновые и озокеритовые аппликации, бишофит, нафталан; гидроклоноотерапия, гинекологические орошения, орошение носа и дёсен минеральной водой, трансдуоденальное промывание кишечника, микроклизмы с лекарственными травами, орошение желудка минеральной водой спаренным зондом, дуоденальный дренаж минеральной водой и др. В специальном лечебном бассейне с минеральной водой отпускаются уникальные процедуры подводного вертикального вытяжения позвоночника -- эффективного метода лечения остеохондроза. Имеется аппарат для мобилизационной коррекции позвоночника. Широко используется озон- и оксигенотерапия. Работает столовая на 180 мест (диеты № 1, 5, 7, 9, 10, 15; заказное и вегетарианское меню). В летний период функционирует детская комната с воспитателем, оборудована детская площадка. Имеются кино- и танцевальный залы, библиотека, волейбольная и баскетбольная площадки, тренажёрный зал, бильярд, настольный теннис. Проводятся культурно-массовые мероприятия (концерты художественной самодеятельности, посещение театров, цирка) и соревнования (по теннису, шахматам, шашкам, бильярду); организуются экскурсии (пешеходная -- по дворцово-парковому ансамблю, автобусная -- «Вечно юный и древний Гомель»).

**САНАТОРНО-КУРОРТНАЯ КАРТА**, медицинский документ установленной формы для кратких записей данных о заболевании и диагностических исследованиях до поездки на курорт, при поступлении и нахождении в санатории, а также после возвращения к месту жительства. В санаторно-курортной карте лечащий врач указывает: клинический анализ крови и анализ мочи, электрокардиографическое обследование, рентгенологическое исследование органов грудной клетки (флюорография), аллергологические пробы и др. дополнительные исследования (в соответствии с профилем санатория), заключение врача акушера-гинеколога при направлении на санаторно-курортное лечение женщин, заключение врача-психиатра при наличии в анамнезе больших психических расстройств (заболеваний). При наличии сопутствующих заболеваний (урологических, кожи, крови, глаз и др.) в карте указывается заключение соответствующих врачей-специалистов. Санаторно-курортная карта выдается больному врачебно-консультационной комиссией при соответствии указанного в путёвке и справке профиля санатория в порядке, установленном законодательством Республики Беларусь. Соответствующая запись о выдаче больному санаторно-курортной карты вносится в медицинскую карту амбулаторного больного и журнал врачебно-консультационной комиссии. Санаторно-курортная карта лицам, которые по медицинским показаниям не нуждаются в санаторно-курортном лечении или имеют медицинские противопоказания для него, не выдается. Санаторно-курортная карта вместе с курортной книжкой, отражающей качество и объём полученного санаторного лечения, решает задачу его преемственности в амбулаторных условиях, в условиях стационара и санатория, т.е. диспансеризации.

**САНАТОРНО-КУРОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ,** совокупность лечебно-профилактических мероприятий, включающих сочетание *климатотерапии, бальнеотерапии* и др. природных факторов с *диетотерапией*, рациональным режимом лечения и отдыха, а также с разными видами физической культуры. Медикаментозное лечение в санаторно-курортных условиях применяют в ограниченных количествах, главным образом в некоторых специализированных санаториях. В общей системе здравоохранения санаторно-курортное лечение является связующим звеном между амбулаторным, больничным лечением и учреждениями отдыха, осуществляющими чисто профилактические задачи. В санатории направляются больные преимущественно с начальными, недалеко зашедшими стадиями заболеваний, а также выздоравливающие после перенесённых заболеваний и операций. Санаторно-курортное лечение рассчитано на восстановление нарушенных связей между организмом и внешней средой, чем объясняется его эффективность на ранних стадиях заболевания, когда патологические процессы обратимы и поддаются лечебному воздействию. Оно имеет большое значение для предупреждения перехода болезни в хроническое течение, является профилактической мерой обострений и осложнений болезненного процесса, рецидивов ревматических атак, приступов желчнокаменной и мочекаменной болезней, бронхиальной астмы, обострений язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки и др. заболеваний. При невротических состояниях санаторно-курортное лечение способствует компенсации функциональных нарушений и восстановлению нормальной жизнедеятельности организма. Не подлежат санаторно-курортному лечению больные в острой стадии болезни, при резком обострении хронических заболеваний, значительно выраженных нарушениях кровообращения, склероза сосудов, мозга, сердца и других тяжелых заболеваниях.

**САНАТОРНО-КУРОРТНЫЙ ОТБОР БОЛЬНЫХ,** лечебно-профилактическое мероприятие, направленное на рациональное использование санаторно-курортных учреждений в соответствии с установленными министерством здравоохранения медицинскими показаниями и правилами. Медицинский отбор больных для санаторно-курортного лечения осуществляется лечащими врачами. Медицинские показания разрабатываются на основании научно-исследовательской работы по изучению курортных факторов, их действия на организм, на основе учёта эффективности ближайших и отдалённых результатов лечения. Показания и противопоказания подлежат утверждению министерством здравоохранения в качестве руководства для врачей лечебно-профилактических учреждений при рекомендации санаторно-курортного лечения. Задача медицинского отбора – обеспечить преемственность и связь курортного лечения как краткого «эпизода» в лечении больного с его предшествующим и последующим лечением по месту жительства, связать организацию отбора на местах со всей работой системы лечебно-профилактических учреждений. Основными контингентами больных, нуждающихся в санаторно-курортном лечении,

являются пациенты с заболеваниями системы кровообращения, желудочно-кишечного тракта, опорно-двигательного аппарата, нервной системы, мочеполовой сферы, нарушении обмена веществ, эндокринной системы при хроническом течении и начальных проявлениях болезни, требующие перемены деятельности, применения диеты, режима движений, разнообразных курортных факторов, физиотерапевтического лечения; с заболеваниями, в основе которых лежат обратимые местные процессы, связанные с травмой, воспалительными процессами, отравлениями, сосудистыми нарушениями и др.; неврозами, гипертонией на ранних стадиях, язвенной болезнью, в стадии ремиссии или затухающего обострения, сосудистой дистонией, дискинезией желудка и кишечника, бронхиальной астмой и др. болезнями. См. *Показания и противопоказания к санаторно-курортному отбору.*

**САНАТОРНЫЙ РЕЖИМ**, эффективное использование сложного комплекса лечебных факторов (бальнеологических, климатических, физиотерапевтических, лечебного питания, полноценного отдыха) в сочетании с обязательным соблюдением режима лечения и отдыха; важнейшее условие лечения в санатории. Режим лечения и отдыха регламентирует образ жизни и поведение больных, а также внутренний распорядок, способствует лечению и восстановлению здоровья больного. Режим санаторного лечения рассчитан на повышение сопротивляемости организма неблагоприятным влияниям окружающей среды путём тренировки и закаливания и предусматривает в этих целях длительное пребывание на свежем воздухе, занятия гимнастикой, спортивными играми. Распорядок дня в санатории характеризуется строгим чередованием во времени и размеренным ритмом бодрствования, сна, отдыха, приёма пищи, лечебных процедур и др. Существует индивидуальный подход в определении режима, который зависит от состояния больного: щадящий с ограничением процедур, прогулок, экскурсий, лечебной гимнастики, с более длительным сном и отдыхом после процедур и тренирующийся, рассчитанный на более активное поведение пациента, терренкур, лёгкие спортивные игры, купания и др. Режим приёма лечебных процедур (ванны, питьё минеральной воды, солнечные ванны и др.) предусматривает их выполнение в строго назначенное врачом время. Досуг связан с культурно-массовыми мероприятиями, физической культурой, спортом, экскурсиями, прогулками. Важным лечебно-профилактическим фактором является санитарное просвещение. Твёрдый распорядок дня обязателен для всех больных и персонала в работе санаториев. При выписке из санатория врач даёт рекомендации по соблюдению определённого режима в домашних условиях, чтобы закрепить результат санаторно-курортного лечения.

**САНИТАРНАЯ ОХРАНА КУОРТА**, система мероприятий, направленных на обеспечение санитарного благополучия курорта, охрану окружающей среды, в т.ч. природных лечебных факторов. В пределах округов и зон санитарной охраны курортов запрещаются всякие работы загрязняющие почву, воду и воздух, отрицательно влияющие на состояние месторождений

минеральных вод и лечебных грязей, санитарных и климатических условий. Санитарной охране подлежат территории курортов, их естественные лечебные средства, окружающие леса, зелёные насаждения, а также технические сооружения и устройства курорта (бюветы, трубопроводы, резервуары, пляжи, каналы и т.д.). Санитарная охрана курорта определяется положением о санитарной охране курортов, разделяющим санитарный округ курорта на 3 зоны, в каждой из которых устанавливается особый режим. Первая зона включает места выхода на поверхность минеральных вод, грязевые и солёные озёра, лиманы и морские пляжи, имеющие лечебное значение. В этой зоне запрещается постоянное и временное проживание, непосредственно не работающих на курорте людей, а также какое-либо строительство или земляные работы, не связанные с эксплуатацией лечебных средств курорта, ремонтом или строительством средств связи, проходящих через зону курорта. Вторая зона охватывает территорию, с которой происходит сток поверхностных и грунтовых вод, и места выхода на поверхность минеральных источников, места неглубокой циркуляции минеральных и пресных вод, участвующих в образовании минеральных источников, естественные и искусственные хранилища лечебных вод и лечебных грязей, лечебные сооружения, прибрежные полосы морей и озёр вблизи курорта. Всякого рода строительство, использование земельных участков разрешается с особого разрешения органов местного самоуправления. Третья зона охватывает всю площадь питания и формирования гидроминеральных ресурсов, а также местности, влияющие на климатические и санитарные условия курортов. Контроль за проведением санитарных мероприятий в зонах курортов возлагается на органы санитарной инспекции.

«САНТА», торговая марка минеральной воды. Разливается совместным белорусско-германским предприятием «Санта-Бремор» в г. Брест. Вода пресная ( $0,3\text{--}0,4\text{ г/дм}^3$ ) сульфатно-гидрокарбонатного кальциевого состава, в котором содержатся основные компоненты ( $\text{мг/дм}^3$ ): кальций – 58,12, магний – 4,87, натрий – 4,36, калий – 0,29, гидрокарбонаты – 146,71, сульфаты – 39,87, хлор – 10,31, фтор – 0,38, двуокись кремния – 12,0. Минеральная вода оказывает противовоспалительное действие, её применение не ограничено противопоказаниями и дозировками.

**САПРОПЕЛИ** (от греч. *sapros* гнилой + *pelos* грязь, ил), органические илы, донные отложения преимущественно пресных водоёмов, содержащие более 10% разложившихся органических веществ растительного и животного происхождения. Образуются в озёрах из остатков организмов, населявших толщу воды (фито- и зоопланктон), высших водных растений, продуктов их разложения и поступающих с водосбора растворённых веществ и минеральных частиц. В условиях преобладающих в Беларуси лесных моренно-озёрных ландшафтов и заболоченных низменностей происходит образование как низкозольных органических сапропелей, так и средне- и высокозольных глинистых, известковистых и реже – железистых сапропелей.

Образование глинистых и железистых сапропелей обусловлено повсеместным распространением разнообразных водно-ледниковых отложений (моренных суглинков, флювиогляциальных отложений и пр.). В их формировании заметное участие могут принимать и диатомовые водоросли, обогащающие сапропели кремнеземом. Образование известковистых сапропелей связано с близким залеганием от поверхности или даже с выходами на неё на отдельных участках карбонатных пород, а также с различными биологическими и химическими процессами, протекающими в озёрах (осаждение карбонатов в результате отмирания некоторых водных организмов, обменные реакции и др.). Мощность сапропелей в озёрах достигает более 10 м, максимальная – 30 м в озере *Судобле* (Смолевичский р-н), на торфяных месторождениях -- от 0,5 до 7 м. Общие запасы сапропелей в озёрах Беларуси составляют 2,6 млрд. м<sup>3</sup>, под торфом 1,2 млрд. м<sup>3</sup>. Широко применяются в сельском хозяйстве, медицине (грязелечение), косметологии.

**САУНА**, финская разновидность суховоздушной бани, характеризующаяся высокой температурой (70—110 °С) и низкой относительной влажностью воздуха (5--30%). Получила большую популярность и распространённость среди всех типов бань в связи с лёгкой переносимостью организмом. Комплекс сауны включает следующие помещения: ожидальню, раздевалку, душевую, сухожаровую камеру (парилку), помещение для охлаждения, комнату отдыха для пациентов, туалет, подсобное помещение для хранения моющих и дезинфицирующих средств. Сауна оказывает гигиеническое действие, укрепляет здоровье и может быть использована в комплексном лечении хронической носоглоточной инфекции и дыхательных путей, бронхиальной астмы, нейроциркуляторной дистонии, начальных стадий гипертонии, хронических заболеваний суставов и др. болезней. Абсолютными противопоказаниями к использованию сауны являются все заболевания в остром периоде, хронические болезни с признаками активности процесса, недостаточность кровообращения, туберкулёз, злокачественные новообразования, эпилепсия и др. тяжёлые заболевания, возраст пациента свыше 70 лет.

**СВЕТОАРОМАТЕРАПИЯ**, метод физиотерапии, заключающийся в дозированном воздействии на организм больного инфракрасного, видимого или ультрафиолетового излучения в сочетании с применением эфирных масел и экстрактов растений. Используется в санаториях: «*Алеся*», «*Берёзка*» «*Нафтан*».

**СВЕТОЛЕЧЕНИЕ**, ф о т о т е р а п и я (греч. phos, photos свет и терапия), использование светового излучения с лечебной и профилактической целями. Физиологическое действие светового излучения зависит от длины волны и энергии поглощённых квантов излучения. Энергия инфракрасного излучения (длина волны около 780 нм) поглощается тканями на глубину до 4 см, ультрафиолетового – не глубже 1 мм. Энергия инфракрасного и видимого излучений при поглощении тканями переходит в основном в теплоту, вызывая усиление кровообращения, потоотделения и обмена веществ в

тканях, способствуя рассасыванию воспалительных очагов и уменьшению интенсивности болевого синдрома не только в месте непосредственного воздействия на кожу, но и во внутренних органах.

**СВИСЛОЧЬ**, река в Воложинском, Минском, Пуховичском, Червенском р-нах Минской обл. и Осиповичском р-не Могилёвской обл., правый приток Березины (бассейн Днепра). Длина 285 км, площадь водосбора 5,2 тыс. км<sup>2</sup>. Начинается на Минской возвышенности в 1,5 км к юго-западу от д. Шаповалы Воложинского р-на. Течёт по центральной части Минской возвышенности и по западной окраине Центральноберезинской равнины. Основные притоки: Вяча (впадает в Заславское водохранилище), Волма, Болочанка (слева), Титовка, Талька, Синяя (справа). Долина преимущественно ясно выраженная, ширина в верховье 400—600 м, в среднем и нижнем течении 1—2 км. Пойма двусторонняя, чередуется по берегам, ширина 300—500 м в верхнем и 800—1000 м в нижнем течении. Русло от истока до слияния с каналом Вилейско-Минской водной системы в естественном состоянии (ширина до 3,5 м), извилистое, ниже по течению является частью трассы канала, ширина до Заславского водохранилища 20—25 м. В пределах Минска река образует 8 излучин. В центре города берега благоустроены. В среднем и нижнем течении русло изгибается, глубоко врезано, ширина 25—30 м, ниже плотины Осиповичского водохранилища — до 50 м. Берега крутые и обрывистые. Природный режим зарегулирован водохранилищами (Заславское, Криница, Дрозды, Чижовское, Осиповичское), на сток реки влияет также переброс воды из р. Вилии. На реке города Минск, Заславль (при впадении Свислочи в Заславское водохранилище). На живописных берегах созданы зоны отдыха *Минское море*, *Стайки*, *Красный Берег*, *Осиповичи*; в 10 км к северо-западу от Минска — курорт *Ждановичи*, в 2 км от впадения Свислочи в Березину возле д. Свислочь детский санаторий «Свислочь»; оздоровительный центр «Талька».

**«СВИСЛОЧЬ»**, детский санаторий частного санаторно-курортного унитарного предприятия «Белпрофсоюзкурорт» в Осиповичском р-не Могилёвской обл., в 30 км от г. Осиповичи, в д. Свислочь. Находится в смешанном лесу, на берегу р. Свислочь у места её впадения в р. Березина. Открыт в 1975 как санаторный пионерский лагерь «Свислочь», с 1991 детский санаторий. В 1992 году построена типовая школа со спортивным залом, где проводится обучение детей по программе неполной средней школы. Рассчитан на 250 мест. Принимает детей от 7 до 15 лет. Проживание в 2-этажных корпусах. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, маломинерализованная хлоридно-натриевая вода (3,2 г/дм<sup>3</sup>) для питья, ингаляций, полосканий и хлоридная натриевая высокой минерализации (35 г/дм<sup>3</sup>) для ванн. Профиль лечения: болезни органов дыхания и пищеварения. Функционируют кабинеты электросветолечения, в т.ч. магнито- и лазеротерапии, ингаляций, фитотерапии, где отпускаются коктейли из отваров лекарственных трав с добавлением натурального мёда, соков и витаминов, теплолечения для отпуска парафино-озокеритовых аппликаций. В здравнице оборудована водолечебница, душевой зал в которых используются циркулярный, восходящий, струевой и душ Шарко,

подводный душ-массаж. Для лечения применяются естественные ванны с минеральной водой, добываемой на территории санатория, а также травяные, морские, крахмальные, скипидарные. Имеется спелеолечебница для лечения заболеваний органов дыхания, особенно бронхиальной астмы, ЛОР-органов. Данный метод лечения улучшает дренажную функцию лёгких, способствует повышению иммунитета и нормализации функции нервной системы. Действуют кабинет функциональной диагностики, клиничко-биохимическая лаборатория, стоматологическая установка, бювет минеральной воды с автоматическим дозированием. Для лечебных целей в санатории применяется торфосапелевая грязь. Проводится медикаментозная терапия (включая внутримышечные и внутривенные инъекции). Во время оздоровления можно получить консультацию педиатра, физиотерапевта, инструктора лечебной физкультуры и диетсестры, стоматологическую помощь. Обязательным элементом комплексного лечения является лечебное питание: пятиразовое по всем необходимым диетам, по сбалансированному двухнедельному меню. Из климатолечения широко применяются солнечные и воздушные ванны, речные купания. Пляж на р. Свислочь оборудован аэросолярием. Климатопроцедуры сочетаются с прогулками, дозированной ходьбой, утренней гимнастикой, спортивными играми, ходьбой на лыжах. Спортивный комплекс состоит из футбольного поля, волейбольной и городошной площадок, настольного тенниса и беговой дорожки. Проводятся спартакиады по разным видам спорта, развлекательные и познавательные мероприятия. Имеются кинозал, библиотека; организуются тематические экскурсии в лес, по партизанским тропам, в историко-краеведческий музей в г. Осиповичи.

**«СВИТАНОК»**, детский реабилитационно-оздоровительный центр Брестского облисполкома в Пинском р-не Брестской обл., в 40 км от г. Пинск, в д. Погост-Загородский. Расположен в смешанном лесу, на берегу водохранилища Погост. Открыт в 1995. Рассчитан на 320 мест. Включает лечебный и спальный корпуса, школу и различные административно-бытовые помещения. Природный лечебный фактор – благоприятный климат. Профиль лечения: болезни органов дыхания, пищеварения, кожи, систем кровообращения, костно-мышечной, нервной и эндокринной. Оказывает лечебно-диагностические услуги: электрокардиография, спирография, УЗИ-диагностика, эндоскопическое исследование желудочно-кишечного тракта, лабораторные и радиологические исследования (СИЧ), электропунктурная диагностика. Применяются физио-, механо-, рефлексотерапия, массаж, лечебная физкультура, сауна и др. Для любителей активного отдыха на территории центра имеются терренкурные дорожки, площадки для игры в волейбол, баскетбол, бадминтон, лодочная станция, благоустроенный пляж.

**«СВИТАНОК»**, оздоровительный центр открытого акционерного общества «Горизонт» в Минском р-не, в 15 км от Минска, возле д. Ждановичи. Расположен в смешанном лесу, на берегу водохранилища *Дрозды*. Открыт в 1989, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 100 мест. Дети

принимаются с 6 лет. Размещение в 5-этажном корпусе, где находятся также лечебный блок, поликлиника, столовая. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, минеральная вода из санатория «Криница». Медицинский профиль – общетерапевтический. Лечебная база представлена кабинетами: диагностическими (рефлексодиагностики, электрокардиографии); физиотерапевтическими (свето-, электролечения, магнито-, стоун-, механотерапии, лечебной физкультуры, массажа аппаратного); бальнеолечения (ванный зал, душевой зал с кафедрой, подводного душа-массажа); теплолечения (озокерито-парафино-, озокеритолечения); акупунктуры (рефлексо-, иглорефлексотерапии); арома-, фито-, мануальной терапии, ручного массажа, процедурным, стоматологическим, педиатра, терапевта, отоларинголога. Применяется аэро-, гелио-, талассотерапия. Питание в столовой на 130 мест (диеты № 5, 9, 15). Имеются видеосалон, библиотека, сауна с бассейном, тренажёрный зал, спортивная площадка, бильярд, настольный теннис, пляж, пункт проката спортивного инвентаря. Оборудована детская площадка. Культурно-массовые мероприятия -- вечера отдыха и развлечений, показ кинофильмов, дискотеки.

«СВИТАНОК», оздоровительный центр республиканского унитарного производственного предприятия «Гранит» в Лунинецком р-не Брестской обл., в 45 км от г. Лунинец, в г. Микашевичи. Находится в сосновом лесу. Открыт в 1983, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 100 мест. Дети принимаются с 3 лет. Включает 3-этажный корпус и водолечебницу. Природный лечебный фактор – благоприятный климат. Медицинский профиль – общетерапевтический. Функционируют лечебно-диагностические кабинеты: электрокардиографии, свето-, электро-, озокерито-парафинолечения, магнито-, лазерной, спелео-, иглорефлексо-, психо-, арома-, оксигенотерапии, ингаляций, аппаратного, вакуумного и ручного массажа, лечебной физкультуры, тренажёрный зал; водолечебница (ванны хвойные, жемчужные, с морской солью и др., души циркулярный, Шарко, подводный душ-массаж), сауна, бассейн. Применяется фитотерапия (отвары и настои трав, кислородные коктейли). Работает столовая на 100 мест (диеты № 5, 9, 10, 15). В танцевальном зале проводятся вечера отдыха и дискотеки. Оборудованы спортивная (волейбольная, футбольное поле) и детская площадки (качели, турники, лестницы).

«СВИТАНАК», санаторий открытого акционерного общества «Белкард» в Гродненском р-не, в 30 км от г. Гродно, в д. Поречье. Находится в лесном массиве, на берегу озера Молочное. Открыт в 1990, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 100 мест. Дети принимаются с 5 лет. Размещение в 3-этажном корпусе. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, среднеминерализованная хлоридно-натриево-кальциевая вода (близкий аналог воды «Друскининкай», Литва), сапропелевые лечебные грязи озера Судoble (Смолевичский р-н). Профиль лечения: болезни систем кровообращения, костно-мышечной, органов дыхания, пищеварения. Лечебная база санатория включает различные виды

физиотерапевтического лечения (стоун-, лазерная, магнито-, светотерапия, сухие углекислые ванны), теплолечение (гальваногрязь; аппликации парафина и озокерита), фито-, арома-, гало-, механотерапию, лечебную физкультуру, лечебный массаж, ингаляции (лекарственные, минеральной водой); ЭКГ- и функциональную диагностику. К услугам отдыхающих спелеокамера, которая способствует избавлению от гипертонии, вегетососудистой дистонии, аллергических заболеваний, хронических простуд, бронхитов, астмы. В водолечебнице предлагаются морские, валерьяновые, хвойные, травяные, жемчужные, минеральные ванны, гидромассаж и все виды душей, глубокое промывание кишечника минеральной водой. Имеются питьевой бювет минеральной воды. Для лечения применяется аэро-, гелио-, талассотерапия. Питание в столовой на 100 мест (заказное и вегетарианское меню, диеты № 5, 7, 9, 10, 15). Любители активного отдыха могут воспользоваться тренажёрным залом и крытым теннисным кортом, имеются волейбольная и баскетбольная площадки, футбольное поле. К услугам отдыхающих бильярд и настольный теннис, шашки, шахматы, видеозал, летняя танцплощадка, библиотека, бар с караоке, сауна, почта, пункт обмена валют, конференц-зал, детская комната. Работает пункт проката (спортивный инвентарь, кондиционеры, наборы рыболова, электроприборы). Возможно посещение аквапарка в санатории «Озёрный» (4 км). На берегу озера обустроен пляж, есть лодочная станция с лодками и катамаранами. Оборудованы беседки для шашлыков и места под кострища. В санатории проводятся танцевальные вечера, концерты и кинопросмотры. Предлагаются прогулки по грибным и ягодным местам. Фотоохота. Проводятся организованные пикники в лесу. Для отдыхающих разработана обширная экскурсионная программа в Слоним, Гродно, Сынковичи, Жировичи.

**СВИТЯЗЬ**, озеро в Новогрудском р-не Гродненской обл., в бассейне р. Молчадь, в 22 км к югу от г. Новогрудок, 3 км к юго-востоку от д. Валевка, на территории ландшафтного заказника Свитязянский. Площадь 2,24 км<sup>2</sup>, длина 1,65 км, максимальная ширина 1,48 км, максимальная глубина 15 м, средняя 3,4 м, длина береговой линии 5,15 км, объём воды 7,76 млн. м<sup>3</sup>. Площадь водосбора 14 км<sup>2</sup>. Озеро среднеглубокое с признаками олиготрофии и с очень низкой минерализацией воды. Реакция воды нейтральная, прозрачность 4–4,5 м. Берега низкие, песчаные, закустарены и облесены. Склоны котловины пологие, песчаные и супесчаные, местами заболочены и повсеместно облесены. В озере растут редкие для Беларуси растения — лобелия Дортманна и полушник озёрный. Вытекает р. Своротва. По прогнозным расчётам в озере сосредоточено около 6 млн. м<sup>3</sup> сапропеля (обследовано в 1968). Добыча сапропеля для целей грязелечения возможна на прибрежных участках с глубинами воды до 4 м. На берегу озера отделение «Свитязь» санатория «Магистральный», турбаза и 2 агроусадьбы. Популярное место туризма и отдыха.

**«СВИТЯЗЬ»**, отделение санатория «Магистральный» транспортного республиканского унитарного предприятия «Барановичское отделение Белорусской железной дороги» в Новогрудском р-не Гродненской обл., в 22 км от г. Новогрудок, возле д. Валевка. Находится в смешанном лесу, на берегу озера *Свитязь*. Открыто в 2007 на базе одноимённого пансионата (работал с 1967). Рассчитан на 84 места. Дети принимаются с 5 лет. Включает 4-этажный главный и 2-этажный административный корпуса. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, сапропели озера *Дикое* (Дятловский р-н). Профиль лечения: болезни органов дыхания, сердечно-сосудистой системы. Функционируют кабинеты электрокардиографии и холтеровского мониторинга, бальнеолечения (ванный зал, душевой зал с кафедрой, подводного душа-массажа), физиотерапевтические (магнито-, свето-, КВЧ-терапии, аппаратного массажа, сухих углекислых ванн и др.), теплолечения, ингаляций, галокамера, фитотерапии, ручного массажа; сауна, мини-сауна «кедровая бочка», солярий и др. Работают столовая на 100 мест (заказное меню, в т.ч. диеты № 5, 7, 15), бар. Любителям активного отдыха предоставляются спортивный и тренажёрный залы, теннисный корт, настольный теннис, бильярд, бассейн, спортивная площадка, где проводятся соревнования по шахматам, шашкам, волейболу, баскетболу, футболу. Проложена тропа здоровья, оборудован пляж. В танцевальном зале и на летней танцплощадке организуются вечера, развлекательные программы для детей и взрослых. Для проведения семинаров и конференций имеется конференц-зал на 80 человек. Организуются автобусные экскурсии в Новогрудок, Мир, Несвиж, Жировичи, национальный парк Беловежская пуца, пешеходная вокруг озера Свитязь.

**СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ**, часть внерабочего времени в границах суток, недели, года, остающаяся у человека (группы, общества) за вычетом непреложных затрат времени на трудовую деятельность, физиологические потребности (сон, санитарно-гигиенические процедуры), транспортное передвижение. В свободном времени выделяется активная творческая деятельность, учёба, самообразование, культурное потребление, спорт, общение с людьми, отдых и т.п. В годовом бюджете времени человека в постиндустриальных странах свободное время составляет около 1/3 всего фонда времени, включая ежегодный отпуск, выходные и праздничные дни.

**СВЯТОЕ**, озеро в Рогачёвском р-не Гомельской обл., в бассейне р. Днепр. Расположено в 11 км к юго-востоку от г. Рогачёв, возле д. Турск. Площадь 0,14 км<sup>2</sup>, длина 0,65 км, максимальная ширина 0,37 км, максимальная глубина 2,4 м, средняя 1,9 м, длина береговой линии 1,4 км, объём воды 0,27 млн. м<sup>3</sup>. Озеро бессточное, растительность развита вдоль берегов (ширина 50--100 м) и представлена в основном тростником и камышом. Берега низкие, заболоченные, покрытые лесом. Восточный берег возвышенный. Месторождение сапропеля разведано в 1982 на участке площадью 6 га. Сапропель малозольный органический, мощность 2,2 м, объём 89,4 тыс. м<sup>3</sup>.

Разрабатывается для курорта Рогачёв и расположенных рядом лечебно-оздоровительных учреждений. Основной потребитель грязей -- санаторий «Приднепровский».

**СЕЛЕНОСОДЕРЖАЩИЕ ВОДЫ**, минеральные воды, содержащие в своём составе не более  $0,05 \text{ мг/дм}^3$  селена. В конце 1990-х гг. бальнеотерапевтическое значение селена было неопределённым и некоторые нормативные документы квалифицировали присутствие этого элемента как высокоопасного токсичного вещества (лимитирующий признак вредности – санитарно-токсикологический, класс опасности – II). Устанавливалась и предельно-допустимая концентрация (ПДК) в воде объектов хозяйственно-питьевого и культурно-бытового водопользования, не превышающая  $0,01 \text{ мг/дм}^3$ . Для пресных питьевых вод нормируемый параметр ПДК по содержанию селена составляет не более  $0,001 \text{ мг/дм}^3$ , международный стандарт 1963 –  $0,01 \text{ мг/дм}^3$ , европейский стандарт 1963 –  $0,05 \text{ мг/дм}^3$ , стандарт США –  $0,01 \text{ мг/дм}^3$ . Для минеральных питьевых вод стандарт Беларуси (СТБ 880-95) лимитирует содержание селена в них не более  $0,05 \text{ мг/дм}^3$ . Селеносодержащие воды найдены на территории Минской, Могилёвской и Гомельской обл. Приурочены они преимущественно к сульфатной и сульфатно-хлоридной группам, интервал общего солесодержания последних колеблется в пределах от 3,3 до  $52 \text{ г/дм}^3$ .

**СЕРГЕЕВСКОЕ**, Сергеевичское, озеро в Пуховичском р-не Минской обл., в бассейне р. Птичь. Расположено в 25 км к западу от г. Марьина Горка, в 12 км к юго-западу от г.п. Руденск, к северу от д. Сергеевичи. Площадь  $2,75 \text{ км}^2$ , длина 2,2 км, максимальная ширина 1,6 км, максимальная глубина 2,9 м, средняя 1,3 м. Берега озера заторфованы, покрыты лесом и кустарником. Северо-западный берег суходольный. Сапропели, в основном карбонатного типа, занимают площадь 248 га. Наибольшая мощность 11,5 м, средняя 3,4 м, объём 8440 тыс.  $\text{м}^3$ . Месторождение зарезервировано для курорта *Ждановичи*. На экологическое состояние озера может оказывать влияние близость населённого пункта и животноводческого комплекса, поэтому при решении вопроса о добыче лечебного сапропеля необходимо проведение санитарно-бактериологических наблюдений за динамикой нормируемых показателей в водной массе и сапропеле.

**«СЕРГУЧ»**, гостиничный комплекс государственного природоохранного учреждения «Березинский биосферный заповедник» в Лепельском р-не Витебской обл., в 40 км от г. Лепель, возле д. Домжерицы. Расположен на опушке заповедного лесного массива в 2,5 км от р. Бузянка. 4-этажный корпус (36 номеров; 1-местные, люкс и др.). Открыт в 1998. Рассчитан на 59 мест. Дети принимаются с любого возраста. Работают ресторан, бар, интернет-кафе, магазины, почта, бильярдная, баня, сауна. Рядом находятся музей природы, Дом экологического просвещения, экологическая тропа (протяжённость 4 км) и демонстрационные вольеры с дикими животными, авто-

мобильная стоянка. Проводятся экскурсии, конные прогулки. Имеется конференц- и кинозалы, прокат специального инвентаря и лодок. Оборудована площадка для шашлыков.

**«СЕРЕБРЯНЫЕ КЛЮЧИ»**, санаторий республиканского унитарного предприятия «Светлогорское ПО «Химволокно» в Светлогорском р-не Гомельской обл., в 12 км от г. Светлогорск, в 2 км от д. Чирковичи. Расположен в смешанном лесу, на правом берегу р. Березина, граничит с ландшафтным заказником Выдрица. Открыт в 1971. Рассчитан на 786 мест, в т.ч. 500 для детей. Дети принимаются с 3 лет. Включает 3-этажный спальный, 2-этажный административный и 1-этажный спортивный корпуса, соединённые переходами. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, хлоридно-натриевая вода средней минерализации (4,9—5,1 г/дм<sup>3</sup>), сапропелевые грязи озера *Судoble* (Смолевичский р-н). Профиль лечения: болезни систем кровообращения, костно-мышечной, нервной и мочеполовой (гинекология), болезни органов дыхания и пищеварения; комплексная реабилитация школьников и детей дошкольного возраста, проживающих на территориях экологического неблагополучия. Для эффективного оздоровления взрослых и детей действуют около 40 лечебных кабинетов, в т.ч. лазерной, магнито-, КВЧ-, свето-, нормаборической гипокситерапии, сухих углекислых ванн, электросна, лечебной физкультуры, озокерито-парафино-, электрогрязелечения, массажа, ингаляций, водогрязелечебница (ванный зал, душевой зал с кафедрой, вагинальных орошений, гидротерапии кишечника, подводного душа-массажа и др.). Действуют фитобар, где приготавливаются различные травяные настои и отвары (витаминные, почечные, желудочные, гинекологические, гипотензивные и др.), питьевой бювет минеральной воды. Широко развита диагностическая база (кабинеты кольпоскопии, электрокардиографии, ультразвуковой и функциональной диагностики). Для лечения применяется аэро- и гелиотерапия. Работают столовая на 250 мест (заказное и вегетарианское меню, диеты № 5, 9, 10, 15), кафе, магазины, почта, аптека. Имеются культурно-спортивный центр, бильярд, тренажёрный зал, бассейн, сауна, спортивная и детская площадки, пляж.

**СЕРОВОДОРОДНЫЕ МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ И РАССОЛЫ**, природные воды различной минерализации и ионного состава, содержащие свыше 10 мг/дм<sup>3</sup> общего сероводорода. На территории Беларуси обнаружены в пределах Припятского прогиба, содержат свободный сероводород (H<sub>2</sub>S), сульфид-ионы (S<sup>2-</sup>) и гидросульфид-ионы (HS<sup>-</sup>). Выделение типа сероводородных вод проведено в бальнеологических целях, так как химический состав сероводородных минеральных и лечебных рассолов близок группам вод и рассолов без специфических компонентов и свойств. Действие сероводородных минеральных вод связано с увеличением содержания сульфгидрильных соединений в тканях печени; при приёме внутрь играют важную роль в процессе белкового обмена. Применяются при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени, при болезнях эндокринной системы (сахарный диабет).

Минеральные воды хлоридного натриево-кальциевого состава (минерализация 18 г/дм<sup>3</sup>) с содержанием сероводорода 35 мг/дм<sup>3</sup> обнаружены в Жлобинском р-не Гомельской обл. (детский реабилитационно-оздоровительный центр «Пралеска») из старооскольских песчаников (интервал 400--425 м). Известные в республике проявления крепких сероводородных рассолов локализованы в южной части Припятского бассейна, в непосредственной близости от г. Ельск и обнаружены в процессе нефтегазопромысловых работ. Рассолы типичного хлоридного натриевого состава вскрыты в нефтеносных девонских песчаниках на глубине 2783,4 м (минерализация 323,6 г/дм<sup>3</sup> при содержании сероводорода около 214 мг/дм<sup>3</sup>) возле д. Богутичи Ельского р-на. Температура рассола, замеренная на выходе из скважины, составляет 40—42 °С. Близкие по составу рассолы (минерализация – 311,3 г/дм<sup>3</sup>) с содержанием сероводорода до 372 мг/дм<sup>3</sup> были подняты с глубины 2555,5 м из скважины, расположенной на той же площади. По минерализации, химическому и газовому составу сероводородные рассолы являются аналогами рассолов курорта Усть-Качка (Пермский край, Россия).

**СЕРОВОДОРОДОЛЕЧЕБНИЦА**, бальнеолечебница с использованием сероводородных ванн (100 ванн и более в день).

**«СИДЕЛЬНИКИ»**, детский реабилитационно-оздоровительный центр Гомельского облисполкома в Мозырском р-не Гомельской обл., в д. Нагорные. Находится в смешанном лесу, на правом берегу р. Припять. Открыт в 1967, до 1996 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 370 мест. Включает 3 спальных и учебный корпуса, клуб, столовую и др. хозяйственные сооружения. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, хлоридные натриевые минеральные воды (минерализация 5,8–7,5 г/дм<sup>3</sup>) и рассолы (минерализация 37,9 г/дм<sup>3</sup>). Медицинский профиль – общетерапевтический. Предпочтение отдается немедикаментозным методам лечения. В фитобаре подбираются настои витаминосодержащих и лечебных трав, укрепляющих иммунную систему и повышающих защитные функции организма. Имеется лечебно-оздоровительный корпус с отделением грязелечения, водолечебницей, 2 бассейнами с минеральной водой, лечебными ваннами. Осуществляется комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий с использованием спелео-, арома-, диетотерапии, электро- и светолечения, ингаляций и др. Проводится ультразвуковая и эндоскопическая диагностика, электрокардиография, спирометрия и спирография, рефлекторная акупунктура, клинические анализы. Питание в столовой на 300 мест. Предпочтение отдается морепродуктам, в рацион включены продукты пчеловодства, пектины, бифидосодержащие молочные продукты, разнообразные овощи и фрукты и др. В центре созданы все условия для обеспечения учебного процесса, школа располагает учебными аудиториями, библиотекой. Для занятий физкультурой и спортом оборудованы спортивный зал, стадион, волейбольная, баскетбольная площадки, теннисный корт; имеются дискотечный зал, игровые комнаты и

площадки. Разработаны и действуют туристские маршруты по заповедным и историческим местам Мозырского р-на и г. Мозырь.

**«СИЛИЧИ»**, республиканский горнолыжный центр в д. Силичи Логойского р-на Минской обл., в 30 км от Минска. Открыт в 2005. Включает 3 горнолыжные трассы различной сложности (перепад высот более 100 м, общая протяжённость трасс превышает 2,5 км) с 4-кресельной канатной дорогой, гостиничный городок (гостиница на 100 мест, 12 двухэтажных коттеджей), комплексный пункт обслуживания (ресторан, кафе, медпункт, мини-маркет, пункт проката горнолыжного снаряжения и др.), универсальный центр развлечений (боулинг, тренажёрный зал, бани, бассейн). Также предусмотрены отдельные трассы для детей и катания на тюбингах, прогулочная трасса, автостоянка. Для любителей коньков работает крытый спортивный зал с ледовым покрытием.

**СЛИЖИ**, Б о л о т н о е, озеро в Мостовском р-не Гродненской обл., в бассейне р. Щара. Расположено в 32 км к юго-востоку от г. Мосты, в 4 км к юго-западу от д. Малая Воля. Площадь 0,07 км<sup>2</sup>, длина 0,38 км, максимальная ширина 0,22 км, максимальная глубина 1,5 м, средняя 0,55 м, длина береговой линии 1 км, объём воды 0,04 млн. м<sup>3</sup>. Месторождение сапропеля разведано в 1981. Берега озера сплавинные, залежь сапропеля распространяется на 100–150 м за зеркало воды под сплавину. Площадь сапропеля (с учётом погребённого под сплавинной) 14 га, максимальная мощность 15 м, средняя – 5,65 м. Запасы органического сапропеля, характеризующегося повышенной карбонатностью, оценены объёмом 791 тыс. м<sup>3</sup> (категория запасов С<sub>2</sub>). Месторождение – резерват лечебных грязей для лечебно-оздоровительных учреждений Мостовского, Волковысского, Слонимского и др. районов Гродненской обл.

**«СЛОБОДКА»**, база отдыха государственного природоохранного учреждения «Национальный парк Браславские озёра» в Браславском р-не Витебской обл., в 12 км от г. Браслав, на окраине д. Слободка, на автодороге Браслав—Друя. Расположена в окружении смешанного леса, на берегу озёр Недрово и Поцех. Открыта в 1996. Рассчитана на 40 мест. Размещение в 6 коттеджах. Питание в столовой на 40 мест. Дети принимаются с любого возраста. На территории базы баня, беседка, детская площадка, автостоянка, пляж, лодочная станция. Организует охоту, рыбалку, экскурсии по национальному парку Браславские озёра, экологической тропе на Слободковскую озовую грядку (2,5 км) и др.

**«СЛУЧАНСКАЯ»**, торговая марка минеральной воды. Разливается ОАО «Слуцкий пивзавод» в г. Слуцк Минской обл. Вода хлоридная натриевая, минерализация колеблется от 2,4 до 3,2 г/дм<sup>3</sup>. Рекомендована в качестве лечебно-столовой при хронических гастритах с секреторной недостаточностью и хронических колитах. Допускается несистематическое применение воды в качестве столового напитка. Аналог – минеральная вода «Минская - 4».

**«СЛУЧЬ»**, детский санаторий санаторно-курортного унитарного предприятия «Белогроздравица» Белорусского агропромышленного союза в

Слуцком р-не Минской обл., в 8 км от г. Слуцк, в д. Кирово. Расположен в берёзовой роще, на берегу водохранилища, возле р. Случь. Открыт в 1982. Рассчитан на 460 мест. Принимает детей с 4 по 11 класс. Проживание в 4 2-этажных спальных корпусах. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, источник слабоминерализованных сульфатных кальциево-магниевых вод ( $1,1 \text{ г/дм}^3$ ) для питья и рассол ( $36,4 \text{ г/дм}^3$ ) для бальнеолечения в ваннах (при разбавлении 1:2). Профиль лечения: болезни системы кровообращения, органов дыхания, пищеварения, опорно-двигательного аппарата. В санатории имеются клиничко-биохимическая лаборатория и кабинет функциональной диагностики (ЭКГ, СГ, УЗИ). Работают кабинеты электросвето-, электрогрязе-, теплолечения, лазеротерапии, ингаляций, спелео-, арома-, БОС-терапии, залы лечебной физкультуры и механотерапии, кабинеты вибрационного, релаксационного и электростатического массажа, стоматологический. В санатории есть водолечебница (лечебные ванны и души, подводный душ-массаж, бассейн, сауна). Ведут приём врачи-педиатры, работает школа сколиоза. Созданы необходимые условия для обеспечения учебно-воспитательного процесса, есть типовая школа, оснащённая всеми необходимыми техническими средствами, наглядными пособиями и др. Разработаны сезонное меню, где учтены важнейшие принципы детской диетологии, гипоаллергенная диета, организовано диетическое питание (диеты № 2, 5, 7, 8, 10, 15). Территория санатория богата зелёными насаждениями, разбиты цветники. Проложены терренкуры протяженностью 1 и 2 км. На территории летний аэрарий. Для досуга детей имеются библиотека, кинозал, видеосалон, современная светомузыкальная аппаратура, различные спортивные площадки, залы и спортивный инвентарь, игровые комнаты, детский бар. Проводятся различные музыкально-развлекательные, игровые, и спортивные мероприятия. На открытом месте за пределами санаторной территории построен искусственный водоём с песчаным пляжем шириной 10–20 м, оборудованный лежаками, грибочками и навесами. Во время отдыха детям предлагается съездить на экскурсию в Слуцк. Санаторий стал одним из 4 лучших белорусских детских здравниц, которые победили в конкурсе, проведённом Постоянным Комитетом Союзного государства, на лучшую организацию лечения и оздоровления детей из районов Беларуси и России, наиболее пострадавших от катастрофы на Чернобыльской АЭС.

**СЛУЧЬ**, С е в е р н а я С л у ч ь, река в Слуцком, Солигорском р-нах Минской обл. и Житковичском р-не Гомельской обл., левый приток Припяти. Длина 197 км, площадь водосбора  $5470 \text{ км}^2$ . Верхнее течение на западной части Центральноберезинской равнины, нижнее — в Припятском Полесье. Начинается на Копыльской гряде в 2 км к юго-востоку от д. Кривая Гряда Слуцкого р-на. Основные притоки — Локнея, Морочь (справа), Весейка (слева). Долина в верхнем течении шириной 0,5—1,5 км, ниже 1,5—2,5 км, в устье до 6 км, сливается с долиной Припяти; склоны пологие, высотой 3—10 м. Пойма двусторонняя, в верховье шириной 100—400 м, ниже 1—1,2 км, в устье 4—5 км, ровная, заболочена, поросла кустарником, местами лесом. Русло

в верхнем течении шириной 6—25 м, до Солигорского водохранилища на протяжении 71 км канализировано, от водохранилища до устья Морочи мелкое, ниже — извилистое, шириной 20—40 м. Весеннее половодье с середины марта до начала мая. Наивысший уровень половодья в конце марта — начале апреля, среднее превышение уровня воды над меженным в д. Новодворцы 1,8 м, в д. Ленин 2,4 м. На реке водохранилища Рудня и Солигорское, г. Слуцк и г.п. Старобин, детский санаторий «Случь». В междуречье Случи и её притока Морочи зона отдыха Случь.

**«СОЖ»**, торговая марка минеральной воды. Бутилируется частным унитарным предприятием «Чериковский плодоконсервный завод» в г. Чериков Могилёвской обл. (скважина возле д. Богдановка). Вода слабоминерализованная сульфатная магниево-кальциевая, не имеющая в своём составе специфических компонентов воздействия, со слабощелочной реакцией среды. Фтор и бром содержатся соответственно в количестве 0,44 и 0,88 мг/дм<sup>3</sup>, марганец определён в количестве 10 мкг/дм<sup>3</sup>, медь — 8, свинец — 0,5, никель — 5, барий — 3, молибден — 0,3, ванадий — 8, цинк — 8, титан — 6, хром — 4, кобальт — 4, стронций — 40,3. Ближайшие аналоги -- минеральные воды «Казанская» и «Смоленская» (Россия), «Каратаг» (Таджикистан). Минеральная вода может использоваться в качестве лечебно-столовой при лечении хронических гастритов с нормальной и повышенной секреторной функцией желудка, неосложнённой язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хронических колитов и энтероколитов, хронических заболеваний печени и желчевыводящих путей (гепатитов, холециститов, ангиохолитов различной этиологии без склонности к частым обострениям), хронических панкреатитов, хронических заболеваний мочевыводящих путей.

**СОЖ**, река в России и Беларуси, левый приток Днепра. Начинается в 12 км к югу от г. Смоленск, пересекает Могилёвскую и Гомельскую обл., впадает в Днепр вблизи г.п. Лоев на границе с Украиной. Длина 648 км, площадь водосбора 42,1 тыс. км<sup>2</sup>, на территории Беларуси соответственно 493 км и 21,5 тыс. км<sup>2</sup>. Основные притоки: Вихра, Волчес, Проня, Уза (справа), Хмара, Остёр, Беседь, Ипуть, Уть (слева). Верхнее течение на юго-западной окраине Смоленской возвышенности, среднее — на Оршанско-Могилёвской равнине, нижнее — в Гомельском Полесье. Долина преимущественно трапециевидная, ширина в верховье до 1 км, в нижнем течении до 7 км, при слиянии с долиной р. Днепр до 20 км. Пойма двусторонняя, местами левобережная или чередуется по берегам, шириной до 6 км. Русло извилистое, его ширина в верхнем течении 40—80 м, в нижнем 90—125 м (местами до 230 м). До Гомеля встречаются песчаные острова. Ниже г. Ветка по берегам песчаные пляжи. Судходство от д. Борисовичи Климовичского р-на (373 км от устья) при высоких уровнях воды, регулярное — от г. Славгород. На реке города Кричев, Чериков, Славгород, Чечерск, Ветка, Гомель. На живописных берегах курорт Чёнки с санаториями «Чёнки», «Машиностроитель», оздоровительным центром «Химик»; санаторий транспортного РУП «Гомельское отделение

БЖД», детский реабилитационно-оздоровительный центр «Кристалл», санатории-профилактории ГГТУ и ГГУ (все в г. Гомель); детский санаторий «Лесные дали» (д. Студёная Гута), санаторий «Золотые пески» и детский реабилитационно-оздоровительный центр «Качье» (возле д. Новая Гута), детский реабилитационно-оздоровительный центр «Романтика» (урочище Кленки, возле д. Романовичи), оздоровительные комплексы «Алые паруса» (д. Студёная Гута) и «Литейщик» (урочище Прибор), база отдыха «Зелёный луг» (урочище Студёная Гута); зоны отдыха Залесье, Беседь (в междуречье Сожа и Беседи), Сож и др.

**«СОЛНЕЧНАЯ»**, торговая марка минеральной воды. Получена из скважины 4Р-2, расположенной на территории базы отдыха «Солнечная поляна» в Березинском р-не Минской обл. Основные компоненты состава воды (мг-экв.%): натрий (76,7), кальций (15), магний (7,6), хлор (81,8), сульфаты (14,4), гидрокарбонаты (3,7). Вода хлоридная натриевая, малой минерализации (3,3 г/дм<sup>3</sup>), слабощелочной реакции (рН 7,55). Лечебно-столовая минеральная вода может использоваться в качестве столового напитка и по назначению врача в виде питья при следующих заболеваниях: хронические гастриты с нормальной, повышенной и пониженной секреторной функциями желудка; неосложнённая язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки; хронические колиты и энтероколиты; хронические заболевания печени и желчевыводящих путей (гепатит, холецистит, желчнокаменная болезнь), постхолецистэктомический синдром; хронические панкреатиты; болезни обмена веществ (сахарный диабет, ожирение, подагра, мочекислый диатез, оксалурия, фосфатурия); хронические заболевания мочевыводящих путей, мочекаменная болезнь, для профилактики заболеваний полости рта и зубов.

**«СОЛНЕЧНАЯ ПОЛЯНА»**, база отдыха производственного республиканского унитарного предприятия «Минский автомобильный завод» в Березинском р-не Минской обл., в 12 км от г. Березино, возле д. Едлино. Расположена в хвойном лесу, на берегу р. Березина (бассейн Днепра). На территории базы 2 скважины минеральной воды, которая бутилируется и под названием «Солнечная» поступает в торговую сеть. Открыта в 1999. Рассчитана на 314 мест. Дети принимаются с 6 лет. Размещение в 3 4-этажных корпусах и 29 летних домиках. Питание в столовой на 300 мест. Функционируют бар, баня с мини-бассейном, сауна, прачечная, пункт проката спортивного и туристского инвентаря. Оборудована детская комната, работает воспитатель. Для организации досуга имеются клуб с кинозалом, библиотека, 2 футбольных поля, волейбольная, баскетбольная, детская площадки, бильярд, настольный теннис, летняя танцплощадка, пляж с лодочной станцией. Проводятся дискотеки, спортивные мероприятия, прогулки на лодках. Организуются рыбалка (в 6 км от базы 2 зарыбленных озера), сбор ягод и грибов в экологически чистой зоне. Экскурсии: автобусная -- посещение сельскохозяйственного предприятия «Купава-Агро» филиала ООО «МАЗ-Купава», велосипедная – по близлежащим населённым пунктам. В летний период на территории функционирует детский оздоровительный лагерь.

**«СОЛНЕЧНЫЙ»**, центр оздоровления АСБ «Беларусбанк» в Брестском р-не, в 10 км от г. Брест, в д. Волки. Находится в сосновом бору, на берегу р. Мухавец. Открыт в 2007. Рассчитан на 96 мест. Дети принимаются с 3 лет. Размещение в 3-этажном корпусе. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, минеральная вода (скважина на территории центра), сапропели озера Дикое (Дятловский р-н). Профиль лечения: болезни нервной и сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата, органов дыхания. Основное направление деятельности центра -- организация полноценного отдыха и оздоровления, с использованием природных факторов в комплексе с физиотерапией, диетологией, лечебной физкультурой и др. современными эффективными медицинскими технологиями. Центр предлагает каждому отдыхающему качественную функциональную диагностику состояния здоровья, индивидуальный подход, направленный на физическое восстановление «утраченных» сил, который обеспечивает реабилитацию и развитие резервных возможностей организма, повышение иммунитета. К услугам отдыхающих предоставляются оздоровительные кабинеты, оснащённые новейшим медицинским оборудованием электросвето-, магнито-, фито-, аэрооно-, спелеотерапии, лазерной акупунктуры, озокерито-парафинолечения, ингаляций, массажа, ванный зал, душевой зал с кафедрой (гидропатия, джакузи, подводный гидромассаж), инфракрасная и крио-сауны, сауны с контрастным бассейном (русская, финская), солярий и др. Для грязелечения применяются сапропелевые лечебные грязи в виде аппликаций, обёртывания и гальваногрязи. Питание в столовой на 100 мест (заказное меню, постоянно действующая диета № 15). Для любителей активного образа жизни предлагаются теннисный корт с мягким покрытием, площадки для игр в волейбол, мини-футбол, стритбол, тренажёрный зал, бильярдная, зал для занятий фитнесом, игры в настольный теннис, бассейн, заполненный осеребренной водой, с тремя массажными подводными стойками, гейзером, противотечением и водопадом. Для проведения корпоративных культурно-массовых мероприятий имеются конференц-зал на 130 человек, каминный зал с летней верандой. При центре работает пункт проката, библиотека, прачечная. Проводятся танцевальные вечера, игры, конкурсы, розыгрыши, дискотеки, караоке-вечера, просмотр видеофильмов, прогулки на теплоходе «Гродно»; экскурсии: обзорная по Бресту, в мемориальный комплекс Брестская крепость-герой, национальный парк Беловежская пуца и др.

**«СОЛНЕЧНЫЙ БЕРЕГ»**, санаторий республиканского унитарного предприятия «Производственное объединение «Белоруснефть» в Речицком р-не Гомельской обл., в 25 км от г. Речица, возле д. Грановка. Расположен в сосновом лесу, на левом берегу старого русла р. Днепр. Открыт в 1984, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 160 мест. Включает главный корпус, коттеджи, здание крытого бассейна. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, воды гидрокарбонатная с гуминовыми кислотами и хлоридно-натриевая с минерализацией 5,5 мг/дм<sup>3</sup> для питья, хлоридно-натриевого рассольного типа с минерализацией более 40 мг/дм<sup>3</sup> для

наружного применения. Профиль лечения: болезни органов пищеварения, дыхания, гинекологические, кожи, опорно-двигательного аппарата, нервной, мочеполовой, сердечно-сосудистой систем. Применяются водо-, озокеритонафталанолечение, арома-, гало-, иглорефлексо-, магнито-, лазеро-, фито-, электросветотерапия, ингаляции, массаж ручной и др. После реконструкции грязелечебницы с 2006 используются сапропелевые грязи. В процессе лечения активно используется талассотерапия с применением концентратов и солей морской воды. Имеются бьюеты минеральной воды, сауна, тренажёрный зал. В 2005 вступил в строй крытый плавательный бассейн с двумя чашами площадью 310 м<sup>2</sup> и 37 м<sup>2</sup> соответственно. Территория санатория благоустроена с использованием современных дизайнерских решений и материалов. Оборудованы пляж, пирс, спортивные и игровые площадки, что позволяет более эффективно использовать ландшафтные факторы, в сочетании с климатическими, для оздоровления и лечения.

**СОЛНЦЕЛЕЧЕНИЕ**, то же, что *гелиотерапия*.

**«СОЛНЫШКО»**, детский санаторий санаторно-курортного унитарного предприятия «Белогроздравница» Белорусского агропромышленного союза в Слуцком р-не Минской обл., возле д. Замостье. Расположен в смешанном лесу, на берегу Руднянского водохранилища. Открыт в 1983, до 1987 оздоровительный лагерь. Рассчитан на 210 мест. Принимает детей с подготовительного по 9 класс. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, сапропелевые грязи озера Дикое (Дятловский р-н). Профиль лечения: болезни систем кровообращения, костно-мышечной, эндокринной, органов дыхания. В санатории имеются кабинет функциональной и лабораторной диагностики, электросвето-, теплотечения, фитоаппликаций, ингаляций, фито-, спелеотерапии, водолечебница с различными видами ванн, подводным душем-массажем, кафедрой лечебных душей, бассейном, сауной, кабинеты БОС с дыхательными тренажёрами, ручного, вибрационного и релаксационного массажа, стоматологический, психотерапии, зал лечебной физкультуры. Климатотерапия представлена прогулками по лесу, купаниями в водохранилище, солнечными и воздушными ваннами на пляже (дозированно) под руководством медсестры или воспитателя. Имеются бассейн, сауна, стадион, спортзал. Работники пищеблока санатория помогают детям освоить навыки сервировки стола, культуры питания, знакомят с этикетом поведения за столом, а также делятся секретами приготовления некоторых блюд. В санатории проводится обучение по курсу средней школы, а также по индивидуальным программам спецшкол. Интересна и разнообразна культурно-развлекательная программа. Дети имеют возможность обнаружить и развить в себе актёрские, режиссёрские, музыкальные, литературные и дизайнерские способности, а также посмотреть выступления профессиональных коллективов, которые предлагают вниманию детей цирковые программы, спектакли, эстрадные концерты. Свободное время дети могут посвятить различным летним и зимним видам спорта, покататься на лодках и катамаранах. Для них организовываются экскурсии в Слуцк, Солигорск, Минск.

**СОЛЯРИЙ** (от лат. solaris, от sol солнце), 1) площадка, оборудованная для приёма солнечных ванн, чаще на береговой полосе моря, озера, водохранилища, как составной элемент пляжа. Солярий представляет собой открытую огороженную площадку, доступную прямым солнечным лучам, имеющую места для раздевания с кабинами, уборной. При использовании песка на южных курортах следует учесть возможность перегрева организма. На южных приморских курортах для приёма солнечных ванн устраиваются надводные солярии. Необходимая площадь соляриев рассчитывается из существующих нормативов. Для проведения солнечных ванн площадь на одно место составляет – 7–7,5 м<sup>2</sup>. На площадках соляриев устраиваются души. 2) Помещение для принятия искусственных солнечных ванн (смесь видимого света с инфракрасным и ультрафиолетовым излучением, исходящим от специальных ламп). *См. также Аэросолярий, Гелиотерапия.*

**«СОСНОВЫЙ БОР»**, оздоровительный комплекс филиала «Лукомльская ГРЭС» Витебского республиканского унитарного предприятия электроэнергетики «Витебскэнерго» в Чашникском р-не Витебской обл., в 14 км от г. Новолукомль. Находится в сосновом лесу, на берегу озера Лукомское. Открыт в 1978, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 80 мест. Дети принимаются с 5 лет. Проживание в 3-этажном корпусе и 2 коттеджах. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, вода средней минерализации около 8 г/дм<sup>3</sup> для питья и сульфатно-хлоридно-кальциево-натриевая вода с минерализацией 23 г/дм<sup>3</sup> для наружного применения. Медицинский профиль – общетерапевтический. Здравница оснащена новейшей лечебной аппаратурой для электролечения, иглорефлексотерапии. Имеются водогрязелечебница, массажный, стоматологический, косметологический кабинеты, сауна с бассейном, питьевой бювет минеральной воды. Применяются водо-, грязе-, озокерито-парафинолечение с гальваногрязелечением, сухая углекислая ванна «Реабокс», электро-, магнито-, свето-, рефлекс-, иглорефлекс-, психо-, фито-, ароматерапия, ингаляции, вакуумный и ручной массаж, механотерапия и лечебная физкультура. Питание в столовой на 90 мест (диеты № 1, 5, 7, 9, 10, 15), практикуется приготовление пищи на заказ. Спортивная база включает залы лечебной физкультуры с тренажёрами, для игры в настольный теннис и бильярд, площадки для игры в волейбол, баскетбол, бадминтон, открытый теннисный корт. На берегу озера обустроенный пляж. Имеются прогулочные лодки и катамараны, дорожные велосипеды, лыжи. Для детей оборудована игровая комната и площадка. Проводятся культурно-массовые мероприятия.

**«СОСНОВЫЙ БОР»**, оздоровительный центр открытого акционерного общества «Брестский чулочный комбинат» в Жабинковском р-не Брестской обл., в урочище Сосновый бор. Расположен в сосновом бору, на берегу р. Мухавец. Рассчитан на 100 мест. Дети принимаются с 3 лет. Размещение в 3-этажном корпусе, где находятся медицинская база и столовая. В летнее время для отдыха и оздоровления дополнительно используется комплекс, включающий 4 домика дачного типа и летнюю столовую. Природные

лечебные факторы: благоприятный климат, сапропелевые грязи озера Дикое (Дятловский р-н). Профиль лечения: заболевания органов дыхания, опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и нервной систем. Центр располагает хорошо оснащённой медицинской базой. Здесь можно пройти обследование, а также курс лечения методами аппаратной физиотерапии (электрофорез, ДДТ, СМТ, УВЧ, КВЧ, дарсонвализация, магнитотерапия, ультразвуковая терапия), свето-, парафино-озокеритолечения и медикаментозной терапии. Функционируют кабинеты: ингаляторий, массаж, спелео-, арома- и фитотерапии, стоматологический, зал лечебной физкультуры. В водолечебнице применяются различные ванны и лечебные души, подводный душ-массаж, сауна; имеется грязелечебница. Работает столовая на 100 мест. На территории расположены спортивные площадки с игровым оборудованием, танцплощадка, вблизи центра функционирует сеть коммерческих магазинов, почтовое отделение, пункт обмена валют. Любителям активного отдыха предоставляется тренажёрный зал, фитнес-центр, крытый теннисный корт. Для разнообразия досуга отдыхающих имеется бар, бильярд, видеосалон, библиотека. На р. Мухавец обустроен пляж. Отдыхающим предлагается экскурсионное обслуживание – поездки в Брестскую крепость, национальный парк Беловежская пуца, в Спасо-Преображенскую мужскую пустынь в д. Хмелево Жабинковского р-на, Жировичский монастырь, Кобринский военно-исторический музей, а также на страусовую птицеферму в д. Козище Кобринского р-на.

**«СОСНОВЫЙ БОР»**, санаторий санаторно-курортного унитарного предприятия «Белагроздравница» Белорусского агропромышленного союза в Молодечненском р-не Минской обл., в 7 км от г.п. Радошковичи. Расположен в сосновом лесу, на берегу р. Рыбчанка. Основан в 1980. Рассчитан на 250 мест. Дети принимаются с 6 лет. Включает 6-этажный главный, 4-этажный спальный, 2-этажный лечебный корпуса, соединённые переходами. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, маломинерализованные слабощелочная сульфатно-хлоридная натриевая и сульфатно-хлоридная магниевое-кальциевое-натриевая воды для лечебного питья и бальнеолечения, сапропели озера *Дикое* (Дятловский р-н). Профиль лечения: болезни системы кровообращения, органов пищеварения, опорно-двигательного аппарата, нервной, мочеполовой систем. Имеются кабинеты функциональной и ультразвуковой диагностики, электрокардиографии, клиническая и биохимическая лаборатория, дуоденального и желудочного зондирования, кишечных промываний и орошений, психологической разгрузки, электросна, электросвечения, сухих углекислых ванн, массажа (ручного и вибрационного), лечебного душ-массажа, гинекологический, стоматологический, музарома-, иглорефлексотерапии, электрогрязе-, парафино-озокеритолечения, механотерапии и лечебной физкультуры, ингаляторий, фитобар, грязелечебница, ванное отделение, лечебный бассейн, бювет питьевой минеральной воды. Работают столовая на 350 мест (заказное меню, диеты № 1--15), магазины, бар, парикмахерская, платный паркинг. К услугам отдыхающих бассейн, сауна, летняя танцплощадка, дискотечный и

кинозалы, видеосалон, библиотека, бильярд, настольный теннис, спортивные площадки, теннисный корт с мягким покрытием, терренкур. На территории санатория гидропарк. В него входят искусственное озеро на запруженной реке и сеть каналов и проточных водоёмов с каскадами, водопадами и фонтанами. На берегу озера создан искусственный песчаный пляж, оборудованный скамейками и кабинками для переодевания, лодочная станция с катамаранами. Отдельно на малом водоёме глубиной до 1,5 м расположен детский пляж (травяной). Лесная часть гидропарка занята лесопосадками сосны, березы, клёна, липы и других пород. В парке беседки, вблизи водопадов и каскадов созданы видовые площадки. Воздух в гидропарке отличается повышенной ионизацией, что в сочетании с фитонцидными свойствами соснового бора даёт высокий климатотерапевтический эффект. Гидропарк -- образец ландшафтной архитектуры в республике. Отдел культуры санатория проводит для отдыхающих конкурсные и игровые программы. Организуются экскурсии в Радошковичи, Минск, Заславль.

**«СОСНЫ»**, санаторий открытого акционерного общества «Мозырский нефтеперерабатывающий завод» в Мозырском р-не Гомельской обл., в 25 км от г. Мозырь, в д. Стрельск. Находится в сосновом лесу, на правом берегу р. Припять. Открыт в 1986, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 124 места. Дети принимаются с 5 лет. Включает 2- и 3-этажные спальные и 3-этажный лечебный корпуса, соединённые переходами. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, воды минерализованные слабощелочные хлоридно-натриевые (минерализация 25--27 г/дм<sup>3</sup>) для наружного применения и гидрокарбонатно-хлоридно-натриевые (2--2,7 г/дм<sup>3</sup>) для питья, близкие по своему составу к минеральной воде «Нафтуся» (г. Трускавец, Украина), сульфидные грязи Сакского озера (Крым, Украина). Профиль лечения: болезни органов пищеварения, кожи, нервной системы, гинекологические, опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы. Установлено современное оборудование для оздоровления и лечения отдыхающих. Применяются грязе-, нафталано-, парафино-озокеритолечение, водолечение (ванны с минеральной водой, гинекологические орошения минеральной водой, лечебные души); гало-, фитотерапия (отвары лечебных трав в виде сборов), физиотерапевтические методы лечения – все виды электролечения, ингаляции, массаж, лечебная физкультура, механотерапия. Проводится электропунктурная диагностика по методу НАКАТАНИ на компьютерном лечебно-диагностическом комплексе «ЛЭДИС-2К» и биорезонансная терапия токами КВЧ и лазером на биологически-активные точки человека. Питание в столовой на 124 места (заказное и вегетарианское меню, диеты № 1, 2, 5, 7—10, 15). Имеется питьевой бювет минеральной воды. Для любителей активного отдыха -- бассейн с гидромассажным оборудованием (подводный душ-массаж, гейзер, каскад), баня, сауна, солярий, спортивный и тренажёрный залы, футбольное поле, теннисный корт, открытая волейбольная площадка, настольный теннис, бильярдная, бар, прокат лыж, спортивного инвентаря, пляж. К услугам

отдыхающих библиотека, танцевальный зал, летняя танцплощадка. Организуются игровые и танцевальные программы, дискотеки, выступления Мозырского драматического театра, коллективов Дворца культуры и детской школы искусств; экскурсии в г. Мозырь.

«СОСНЫ», санаторий открытого акционерного общества «Химволокно» в Могилёвском р-не, в 20 км от г. Могилёв, в д. Шапчицы. Расположен в сосновом лесу, на берегу р. Днепр. Открыт в 1973, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 470 мест. Размещение в 6-этажном корпусе. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, среднеминерализованная ( $8 \text{ г/дм}^3$ ) вода сульфатно-хлоридная кальциево-натриевая для питья и рассол такого же состава с минерализацией  $52 \text{ г/дм}^3$  для ванн и бассейна, сапропелевые грязи озера *Дикое* (Дятловский р-н). Минеральная вода разбавляется пресной водой и под торговыми марками «Сосны-1, 2» реализуется в торговле. Профиль лечения: болезни костно-мышечной и мочеполовой систем (гинекология), органов пищеварения. Лечебная база санатория включает кабинеты: электросвето-, парафино-озокерито-, грязелечения, ручного массажа, ингаляций, электроаэро-, лазеро-, арома-, рефлексотерапии, сухих углекислых ванн, лечебной физкультуры, нормоборической гипокситерапии, кишечных процедур, гинекологический, стоматологический, музыкотерапии и релаксации, лечебной физкультуры. В водолечебном комплексе функционируют 2 бассейна с минеральной водой, ванное отделение, душевой зал (циркулярный, восходящий, душ Шарко), подводный душ-массаж, тренажёрный зал. Диагностические кабинеты: ЭКГ, клиническая лаборатория, электропунктурной и ультразвуковой диагностики. Работает столовая (заказное, вегетарианское и диетическое меню). Имеются питьевой бювет минеральной воды, сауна, бассейн, лыжная база, спортивные площадки. К услугам отдыхающих танцевальный зал, летняя эстрада, детская игровая комната, библиотека с читальным залом. Организуются культурно-массовые мероприятия, экскурсии в Могилёв.

«СОСНЫ», санаторий государственного учреждения «Центр по санаторно-курортной работе «Центркурорт» Управления делами Президента Республики Беларусь в Мядельском р-не Минской обл., в 15 км от г. Мядель, на курорте *Нарочь*. Расположен в сосновом лесу среди озёр Нарочь и Белое, на территории национального парка *Нарочанский*. Открыт в 1976. Рассчитан на 204 места. Дети принимаются с 5 лет. Размещение в 3 корпусах (6-этажный «Главный», 4-этажный «Круглый» и 2-этажный «Сосновый») и 6 коттеджах. «Главный» и «Круглый» корпуса, столовая и лечебный корпус соединены между собой внутренними переходами. Природные лечебные факторы: благоприятный климат, источник минеральной сульфатно-хлоридной кальциево-натриевой воды средней минерализации с большим содержанием железа и микроэлементов, сапропелевые грязи озера *Дикое* (Дятловский р-н), Сакского озера (Крым, Украина). Профиль лечения: болезни систем кровообращения, нервной и костно-мышечной, органов пищеварения. Лечебная база санатория располагает современными методами диагностики и включает

кабинеты функциональной, ультразвуковой, акупунтурной, рефлекс- и иридодиагностики, электрокардиографии, рентгеновский, клинко-биохимическую лабораторию. Используется комплекс физиотерапевтических процедур: электро-, свето-, тепло-, водолечение с широким разнообразием лечебных ванн (йодобромные, жемчужные, углекислые, кислородные, хвойные), души, гидротерапия кишечника, орошение дёсен минеральной водой, грязелечение, массаж, ингаляции, реабилитационно-релаксационный комплекс «Альфа», крио-, гало-, гирудо-, фитотерапия, цветолечение и др. В санатории проводится лечение методами нетрадиционной медицины (иглорефлексотерапия, гомеопатия), успешно реализуются программы психологической релаксации, лечение синдрома хронической усталости. Работают стоматологический и косметологический кабинеты. Широко применяются аэро-, гелио-, талассотерапия. Работают столовая на 174 места (заказное и вегетарианское меню, диеты № 5, 9, 15), кафе «Ласковый вечер», бар, парикмахерская, солярий, продовольственный и промышленный магазины, почта, охраняемая платная автостоянка. Имеются бювет минеральной воды, спортивно-оздоровительный комплекс с крытыми теннисными кортами и столами для настольного тенниса, бассейн, сауны, пляж. Организован пункт проката лыж, катамаранов, лодок, велосипедов. Для проведения досуга предлагаются кино- и танцевальный залы, библиотека, летняя танцплощадка. В санатории организуются танцевальные вечера, концерты, спортивные мероприятия, а также автобусные экскурсии в д. Будслав, г. Мядель, г. Глубокое, д. Мосар, по Нарочанскому краю.

**«СОСНЫ-1, 2»**, торговые марки минеральной воды. Производятся из воды, добываемой из скважины № 2 глубиной 382 м санатория «Сосны» открытого акционерного общества «Химволокно» и разливаются на предприятии «Вейнянский родник». Вода «Сосны-1» имеет минерализацию 2,6--3,2 г/дм<sup>3</sup> и содержит в своем составе следующие компоненты (мг/дм<sup>3</sup>): хлор – 950--1250, сульфаты – 500--900, гидрокарбонаты – 50, натрий + калий – 800--1200, кальций – 180--400, магний – 100. Вода сульфатно-хлоридного кальциево-натриевого состава рекомендуется при лечении хронических гастритов и панкреатитов, колитов и энтероколитов, заболеваний печени и желчевыводящих путей, болезней обмена веществ. Вода «Сосны-2» сульфатно-хлоридная кальциево-натриевая с минерализацией 1,1--1,7 г/дм<sup>3</sup>. Основные компоненты (мг/дм<sup>3</sup>): гидрокарбонаты – <50, сульфаты – 250--500, хлориды – 450--850, кальций – 80--180, магний – <50, натрий + калий – 300--600. Рекомендуется в качестве столового напитка и употребляется для нормализации обмена веществ, полезна при болезнях желудочно-кишечного тракта и др.

**СПЕЛЕОТЕРАПИЯ** (от греч. *spélaion* пещера + *терапия*), метод лечения с использованием аэродисперсной системы в виде солевой пыли (натриево-калийной), создающей в воздухе большое количество ионов (преимущественно отрицательных), вдыхаемых больными при нахождении в спелеолечебницах. Наибольшее распространение спелеотерапия получила в комплексном лечении бронхиальной астмы: относительно стойкая

нормализация дыхательной функции, снижение рецидивов заболевания, частоты приступов удушья. Более устойчивые и длительные результаты наблюдаются при спелеотерапии в комбинации с др. методами лечения, в частности, с медикаментозной терапией.

**СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ БАЗА Федерации профсоюзов Беларуси** в Минском р-не, в 4 км от Минска. Расположена в смешанном лесу, на берегу Заславского водохранилища. Открыта в 1980. Рассчитана на 88 мест. Дети принимаются с любого возраста. Размещение в 2-этажной гостинице и 3 2-этажных коттеджах. Работают столовая на 120 мест, бар, баня, сауна, охраняемая автостоянка. Для проведения досуга имеются летняя танцплощадка, бильярд, настольный теннис, футбольная площадка, беговые дорожки; оборудована площадка для пикников.

«СПУТНИК», профилакторий общества с ограниченной ответственностью «Минскремстрой» в Минском р-не, в 5 км от Минска, в д. Ждановичи. Расположен в сосновом лесу, на берегу *Заславского водохранилища*. Открыт в 1996, до 2006 санаторий-профилакторий. Рассчитан на 132 места. Включает 5 2-этажных спальных, административный и лечебный корпуса, здание столовой. Природный лечебный фактор – благоприятный климат. Медицинский профиль – общетерапевтический. Диагностические кабинеты: ультразвуковой диагностики, электрокардиографии. Лечебные кабинеты: арома-, иглорефлексотерапии, ингаляций, вакуумного и ручного массажа, озокерито-парафино-, свето-, электролечения, лазерной терапии, подводного душа-массажа, стоматологический, физиотерапевтический, процедурный, водолечебница, сауна, тренажёрный зал. Работают столовая на 255 мест, бар. К услугам отдыхающих кинозал, клуб, летняя танцплощадка, автостоянка, библиотека, бильярд, теннис настольный, детская площадка, пляж, пункт проката, теплоход. Оборудована площадка для шашлыков. В профилактории регулярно проводятся вечера отдыха. В летний период работает как детский оздоровительный лагерь.

«СПУТНИК», санаторий АСБ «Беларусбанк» в Мядельском р-не Минской обл., в курортном посёлке Нарочь. Расположен на территории национального парка *Нарочанский* в сосновом лесу, на берегу озера Нарочь. Открыт в 2006. Рассчитан на 130 мест. Дети принимаются с 5 лет. Отдыхающие размещаются в 7-этажном корпусе, в котором расположен медицинский блок. Природный лечебный фактор -- благоприятный климат. Показания: заболевания сердечно-сосудистой и нервной систем, опорно-двигательного аппарата. Основное направление деятельности -- организация полноценного отдыха и оздоровления с использованием природных факторов в комплексе с физиотерапией, диетологией, лечебной физкультурой и др. современными эффективными медицинскими технологиями. Санаторий предлагает качественную функциональную диагностику состояния здоровья, индивидуальный подход и подбор уникальных программ по оздоровлению, направленных на физическое восстановление, повышение иммунитета, развитие резервных возможностей организма. Оборудованы кабинеты функциональной диагностики, массажа, электро-, магнито-, лазеро-, фито-,

иглорефлексотерапии, теплолечения, сухих углекислых ванн («Реабокс»), ингаляций и др. В зале лечебной физкультуры проводятся групповые и индивидуальные занятия по комплексам, специально разработанным для укрепления сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата. Тренажёрный зал оснащён современным оборудованием (беговые дорожки, эллиптический, силовые многофункциональные, гребные тренажёры, велотренажёр). Под руководством квалифицированного инструктора отдыхающие имеют возможность заниматься в зале с учётом возрастных и индивидуальных особенностей. Работают столовая на 130 мест (заказное меню; постоянно действующие диеты № 5, 9, 10, 15), магазин, библиотека, пункт проката спортивного инвентаря. Предоставляется комплекс услуг для занятий физкультурой и спортом. Оборудована детская игровая комната. Для проведения конференций и семинаров имеется конференц-зал. На берегу озера Нарочь понтонный пляж. В санатории регулярно проходят танцевальные вечера, вечера отдыха и караоке, велосипедные и лыжные походы, поездки в бассейн. Экскурсии по Нарочанскому краю.

**«СТАЙКИ»**, олимпийский спортивный комплекс в Минском р-не, в 12 км к юго-востоку от Минска. Основан в 1947. С 1970 главная база подготовки белорусских спортсменов. Площадь 90 га. Спортивный комплекс включает 2 универсальных зала-манежа, 2-зальный гимнастический комплекс, специализированные залы для штанги, бокса, тренажёрные, 5 крытых беговых дорожек с синтетическим покрытием, павильон с тренировочными приспособлениями, 6 футбольных полей, 5 теннисных кортов, 5 волейбольных, 5 универсальных, 2 баскетбольных площадки, 4 круговые легкоатлетические дорожки, сектора для метания копья и прыжков в высоту. Водохранилище. На территории комплекса действуют 8 гостиничных корпусов, медико-реабилитационный центр, ресторан, кино- и конференц-зал, библиотека и др. Проводятся спортивно-массовые мероприятия, семинары и др.

**«СТАНКОСТРОИТЕЛЬ»**, база отдыха республиканского унитарного предприятия «Сморгонский завод оптического станкостроения» в Сморгонском р-не Гродненской обл., в 32 км от г. Сморгонь, в д. Вишнево. Расположена в сосновом бору, на берегу озера Вишнево. Открыта в 1981. Рассчитана на 53 места. Дети принимаются с 3 лет. Размещение в 2 2-этажных корпусах. Питание отдыхающих осуществляется самостоятельно. На территории базы баня, спортивная и детская площадки, пляж, оборудованный лежаками, лодочная станция (катер, лодки, катамараны), охраняемая автостоянка. Оборудована площадка для шашлыков. Организует активный отдых -- рыбалку, спортивные мероприятия.

**«СТАРОДОРОЖСКАЯ»**, торговая марка минеральной воды. Разливается в цехе по производству безалкогольных напитков частного унитарного предприятия «Стародорожский кооппром» в г. Старые Дороги Минской обл. Вода относится к слабоминерализованным хлоридным натриевым водам. Основные компоненты химического состава (мг/дм<sup>3</sup>): натрий – 520,03; кальций – 112,42; магний – 30,04; калий – 19,5; хлор – 974,14; гидрокарбонаты – 197,08; сульфаты – 51,39. Биологически активные

компоненты (фтор и бром) содержатся соответственно в количестве 0,23 и 3,04 мг/дм<sup>3</sup>. Определены также (мкг/дм<sup>3</sup>): барий – 40, марганец – 10, медь – 4, кобальт – 0,8, цинк – 6, титан – 7, молибден – 0,5, ванадий – 0,8, хром – 2, бор – 3. Может использоваться в качестве лечебно-столовой при хронических гастритах с нормальной и повышенной секреторной функцией желудка, хронических колитах и энтероколитах, хронических заболеваниях печени и желчевыводящих путей, хронических панкреатитах, болезнях обмена веществ, заболеваниях мочевыводящих путей. Минеральная вода «Стародорожская» выпускается также с ароматическими добавками, йодированная и йодселеносодержащая.

**СТОЛБЦЫ**, зона отдыха республиканского значения в Столбцовском р-не Минской обл. Расположена к юго-востоку от г. Столбцы, на берегу р. Нёман. Площадь 34,6 тыс. га. Рассчитана на 45 тыс. человек. Средняя температура января -6,4 °С, июля 17,7 °С. Осадков выпадает 635 мм в год. Продолжительность солнечного сияния за год 1759 часов, в т.ч. в июле 264 часа. Свыше 50% территории занято преимущественно сосновыми лесами, чередующимися с берёзовыми и елово-дубовыми. В пойме Нёмана живописные луга, дубравы, природные пляжи. Работают: туристско-оздоровительный комплекс «*Высокий берег*», базы отдыха, детские оздоровительные лагеря. Экскурсионные объекты: мемориальная усадьба Акинчицы — родина народного поэта Беларуси Якуба Коласа, Свято-Аннинская церковь (1852) в г. Столбцы, Коласовский заказник; памятник Якубу Коласу; родина писателя, языковеда и государственного деятеля Я.Ю.Лёсика (1883—1940); памятник природы — липы мелколистные, посаженные Якубом Коласом в д. Миколаевщина Столбцовского р-на, костёл святых апостолов Петра и Павла (1588), Свято-Успенская церковь (1590) в д. Новый Свержень и др.

**СТОУН-ТЕРАПИЯ**, особая техника массажа с использованием различных природных камней. В её основе методе термотерапии -- чередование горячих и холодных воздействий на организм. Используется в санатории «*Світанак*» (Гродненский р-н) и оздоровительном центре «*Свитанок*» (Минский р-н).

**СТОЯЧЕЕ**, озеро в Светлогорском р-не Гомельской обл., в бассейне р. Сведь (приток Березины). Расположено в 20 км к югу от г. Светлогорск и в 4,5 км к северо-востоку от д. Осташковичи. Площадь 0,83 км<sup>2</sup>, длина 1,17 км, максимальная ширина 0,82 км, максимальная глубина 0,5 м, длина береговой линии 6,41 км, объём воды 0,17 млн. м<sup>3</sup>. Берега низкие, пологие, в северо-восточной части – слегка возвышенные. В 1950--60-х гг. озеро было осушено, в настоящее время вода в нём имеется только в период обильных дождей. Детальная разведка месторождения сапропеля проведена в 1990. Сапропелевая залежь распространена на площади 68 га. Средняя мощность 1,68 м, максимальная 2,8 м. Объём сапропеля, оцененный по категории А, составляет 1115 тыс. м<sup>3</sup>. Верхний слой осадков на месторождении до глубины 1,2–2,5 м представлен органическим сапропелем, (объём 445 тыс. м<sup>3</sup>). Отсутствие на ближнем водосборе озера экологоопасных объектов, приемлемое качество сапропеля, удовлетворяющего лечебным нормативам, возможность открытой добычи сырья с помощью прямой экскавации в

транспортные ёмкости делает данный объект перспективной сырьевой базой не только для расположенных рядом курортов Чёнки и Белый Берег, но и оздоровительных учреждений Ветковского, Калинковичского и Мозырского р-нов.

**СУДОБЛЕ**, С у д о б л ь, озеро в Смолевичском р-не Минской обл., в бассейне р. Плиса; самое глубоководное месторождение сапропеля на территории Беларуси. Расположено в 20 км к востоку от г. Смолевичи, в 4 км к юго-востоку от г. Жодино. Площадь 1,52 км<sup>2</sup>, длина 1,5 км, максимальная ширина 1,08 км, максимальная глубина 0,6 м, длина береговой линии 4,35 км, объём воды 0,66 млн. м<sup>3</sup>. Склоны котловины слабо выражены, торфяные. Берега сплавинные (ширина сплавины 50—75 м). Зимой озеро промерзает до дна. Полностью зарастает. Месторождение в озере Судобле -- первый объект лечебных сапропелей в республике (разрабатывается со 2-й половины 1980-х гг.). Мощность сапропеля в центре озера превышает 25 м. Детальные изыскания выполнялись в 1976 на всей акватории для составления проекта на добычу удобрений и в 1992 -- на участке 36,7 га в западной части для уточнения границ добычи лечебного сапропеля. Объём органического сапропеля 7266 тыс. м<sup>3</sup>, средняя мощность 5,8 м. В озере отмечается относительно однородный биологический и химический состав минеральной части верхней трехметровой части залежи, которая сформирована 3 видами органических сапропелей. В органическом веществе имеется до 10% липидов, 6--25% гуминовых кислот, 25--37% легкогидролизуемых веществ, в т.ч. 5--15% моносахаридов, широкий спектр аминокислот (до 16). В больших количествах определены витамины А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>6</sub>, В<sub>12</sub>, ферменты (по активности каталазы до 30), микроэлементы. На участке разработки лечебных грязей средняя глубина воды 0,34 м, максимальная 1,3 м, наибольшая мощность сапропеля 15,5 м, средняя 5,2 м. Объём сапропеля на этом участке составил 1912 тыс. м<sup>3</sup>, из которых на органический приходится 1543 тыс. м<sup>3</sup>, кремнезёмистый и карбонатный, залегающие в придонных

слоях, – 308 и 61 тыс. м<sup>3</sup> соответственно. Радиоактивное загрязнение в озере не выявлено, отсутствует техногенное загрязнение осадков – содержание бензапирена не более 4--5 мг/кг сухого вещества, пестицидов не более 0,14. По данным научно-производственного предприятия «Эко-сапропель», разрабатывающего лечебные грязи, в получаемой продукции возбудители опасных инфекций отсутствуют, однако по количеству микроорганизмов (КОЕ) наблюдаются резкие колебания в течение сезона добычи, о чём свидетельствуют значения коли-титра, титр-перфрингенса. Несмотря на соблюдение зон санитарной охраны водоёма, ухудшение санитарно-бактериологических показателей происходит в летнее время, особенно во время активного разложения фито- и зоопланктона. Сапропелевые грязи озера широко используются в санаторно-оздоровительных организациях Беларуси, в т.ч. для курорта *Ждановичи*.

**СУХАЯ УГЛЕКИСЛАЯ ВАННА**, физиотерапевтическая процедура, заключающаяся в воздействии на тело человека смесью атмосферного

воздуха и углекислого газа. Способствует улучшению кислородного обмена в тканях, повышает физическую работоспособность, улучшает функциональное состояние кардиореспираторной системы. Процедура высокоэффективна при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, хронических заболеваниях лёгких, нарушении обмена веществ, различных неврозах, импотенции. Применяемая в санаторно-оздоровительных организациях Беларуси установка «Реабокс» на всероссийском форуме «Здравница 2003» отмечена в номинации «Лучшая технология лечения и оздоровления» дипломом I степени.

**СУХОЙ БАГОН**, торфяное месторождение в Брестском р-не, в 37 км к югу от г. Бреста, в 2 км к юго-западу от предприятия «Брестагроздравница». Площадь 0,15 км<sup>2</sup>. Со всех сторон окружено сосновым лесом. Поверхность ровная, покрыта сфагновым мхом, осокой, пушицей, клюквой, багульником и вторичным березняком. Торфяная залежь представлена верховым древесным и древесно-осоковым торфом, максимальная мощность которого 1 м. Торф коричневый пластичный, без запаха, степень разложения от 45 до 50%, засорённость небольшая. Источников загрязнения вблизи торфяника не обнаружено. Торф лечебный пресноводный бессульфидный среднесольный. Ориентировочная площадь залежи торфа 0,1 км<sup>2</sup>, средняя мощность 0,4 м, запасы лечебного торфа 50 тыс. м<sup>3</sup> (по категории С<sub>2</sub>).

**СУЯ**, озеро в Полоцком р-не Витебской обл., в бассейне р. Туровлянка. Расположено в 18 км к югу от г. Полоцк, возле д. Плуссы, на территории зоны отдыха Озёрная. Площадь 1,54 км<sup>2</sup>, длина 2,75 км, максимальная ширина 0,82 км, максимальная глубина 3,6 м, длина береговой линии 8,1 км, объём воды 3,28 млн. м<sup>3</sup>. Площадь водосбора 787 км<sup>2</sup>. Склоны котловины высотой 5—8 м, на юго-востоке и местами на юге до 14 м, поросли лесом, на севере распаханы. Берега низкие, песчаные, на западе заболоченные. Дно выстлано сапропелем, в прибрежной зоне песчаное. Вдоль берега полоса надводной растительности. Соединено протоками с озёрами Гомель и Туровля. На берегу озера база отдыха «Суя».

«**СУЯ**», база отдыха Новополоцкого республиканского унитарного предприятия по транспорту нефти «Дружба» в Полоцком р-не Витебской обл., в 20 км от г. Полоцк, в урочище Суя. Расположена в сосновом бору, на берегу озера Суя. Открыта в 1980. Рассчитана на 38 мест. Дети принимаются с любого возраста. Проживание в 2 2-этажных коттеджах и 3 летних домиках. Имеется оборудованная кухня для самостоятельного приготовления пищи. К услугам отдыхающих баня, спортивная и детская площадки. На берегу озера оборудован пляж, работает лодочная станция (прокат лодок, катамаранов). Организуется рыбалка.

«**СУЯ**», база отдыха общества с ограниченной ответственностью «Полимир» в Полоцком р-не Витебской обл., в 20 км от г. Полоцк, в урочище Суя. Расположена в сосновом бору, на берегу р. Туровлянка. Открыта в 1970. Рассчитана на 70 мест. Дети принимаются с любого возраста. Размещение в 18 летних домиках. Питание отдыхающих осуществляется самостоятельно.

Имеются спортивная и детская площадки, лодочная станция (прокат лодок, катамаранов).

**«СУЯ»**, база отдыха открытого акционерного общества «Полоцк-Стекловолокно» в Полоцком р-не Витебской обл., в 20 км от г. Полоцк. Расположена в сосновом бору, на берегу р. Туровлянка. Открыта в 1967. Рассчитана на 30 мест. Размещение в 6 летних домиках. Дети принимаются с любого возраста. На территории базы отдыха кафе, спортивная и детская площадки, оборудованный пляж, лодочная станция (прокат лодок и катамаранов).

**«СЯБРЫ»**, база отдыха в Минском р-не, в 20 км от Минска, в д. Сёмково. Основана в 2007. Рассчитана на 32 места. Дети принимаются с любого возраста. Размещение в 8 2-этажных коттеджах. Работают ресторан (на 46 мест), баня, сауна. Имеются 2 теннисных корта с искусственным покрытием, поле для мини-футбола, бильярд, беседки, площадки для шашлыков, охраняемая автостоянка, рыболовный пруд.

**ТАЙНОЕ**, озеро в Брестском р-не, в бассейне р. Западный Буг. Расположено в 30 км к югу от г. Брест, в 1,5 км к северу от д. Дубица, в 3 км к северо-западу от предприятия «Брестагроздравица». Площадь 0,08 км<sup>2</sup>, длина 0,39 км, максимальная ширина 0,29 км, максимальная глубина 2,1 м, средняя – 1,67 м, длина береговой линии 1,1 км, объём воды 0,14 млн. м<sup>3</sup>. Озеро неправильной овальной формы. Берега низкие, пологие, сложены песками, вся примыкающая к озеру площадь под лесом. Юго-восточный берег покрыт сосновым лесом, северо-западный -- преимущественно берёзовым, прибрежная часть озера на расстоянии от 1 до 4 м заросла тростником. Источников загрязнения по берегам не обнаружено. Озеро пресное. Месторождение сапропеля детально разведано в 1988. Донные отложения представлены сапропелем тёмно-коричневого цвета, разжиженным сверху и пластичным внизу разрезов, не засоренным. Максимальная мощность составляет 9,6 м, средняя расчётная 5,45 м. Сапропель озера является лечебным пресноводным бессульфидным среднесольным. Разведано 46 тыс. м<sup>3</sup> органического сапропеля и 374 тыс. м<sup>3</sup> кремнезёмистого. Общий объём запасов сапропеля 420 тыс. м<sup>3</sup> (категория А). Месторождение -- перспективный объект лечебных грязей в западной части Полесья.

**ТАЛАССОТЕРАПИЯ** (от греч. *thálassa* море и *терапия*), лечение морским климатом и купаниями в сочетании с солнечными ваннами; разновидность *климатотерапии*. Включает комплексное использование климато- и гидротерапевтических процедур на приморских курортах, для которых характерна повышенная влажность воздуха, наличие в нём элементов морской воды в виде аэрозолей, что оказывает положительное влияние при поражении верхних дыхательных путей. Основной формой талассотерапии является дозированное пребывание на открытом воздухе (*аэротерапия*): воздушные ванны на верандах, в парках, на пляжах, дневной и ночной сон на воздухе в специальных павильонах (непосредственно на берегу моря), с учётом состояния здоровья по показаниям назначение солнечных ванн

## Литература

- Блакiтны скарб Беларусi. Мн., БелЭн, 2007. – 480 с.
- Данилова Н.А. Климат и отдых в нашей стране: (Европейская часть. Кавказ). – М., Мысль, 1980. – 156 с.
- Кудельский А.В. Рассказы о воде: Белорусские криницы. – Мн.: Наука и техника, 1981. – 119 с.
- Кудельский А. В., Пашкевич В. И., Ясовеев М. Г. Подземные воды Беларуси. Мн., 1998.- 260 с.
- Курорты. Энциклопедический словарь/Гл. ред. Е.И Чазов. – М.: Советская энциклопедия, 1983. – 592 с.
- Пирожник И.И. Основы географии туризма и экскурсионного обслуживания. Мн.: Университетское, 1985. – 253 с.
- Пирожник И.И. Проблемы рекреационного природопользования в Беларуси//Выбранные работы Беларускага дзяржаўнага ўніверсітэта: У 7 т. Т. 7. Біялогія. Геаграфія. - Мн.: БДУ, 2001, с. 501-525
- Потаев Г.А. Рекреационные ландшафты: охрана и формирование. Мн., 1996.
- Проектирование и создание малых ландшафтно-архитектурных форм (комплексов). – Мн., 2006. – 256 с.
- Санаторно-курортное лечение и оздоровление населения Республики Беларусь в 2007 году. - Мн., 2008
- Смолянский Б.Л., Абрамова Ж.И. Справочник по лечебному питанию для диетсестер и поваров. - Л.: Медицина, 2004. – 304 с.
- Туристские регионы Беларуси. Мн.: БелЭн, 2008. – 608 с.
- Царфис П.Г. География природных лечебных богатств СССР: (Куртологические аспекты). – М.: Мысль, 1986. – 237 с.
- Улащик В.С. Домашняя физиотерапия или как избавиться от болезней и укрепить здоровье без лекарств. – Мн.: Беларусь, 1993. – 287 с.
- Улащик В.С. Физиотерапия. – Мн., Книжный дом, 2008. – 639 с.
- Шалькевич Б.В., Хасин Л.Х. Курорты и места отдыха Белоруссии. – Мн.: Полымя, 1984. – 160 с.
- Ясовеев М.Г., Логинов В.Ф., Кашицкий Э.С., Пирожник И.И. Курорты и рекреация в Беларуси. Могилёв: Бел.-Рос. Ун-т, 2005. – 489 с.
- Зюенков М.В. Курорты и санатории Беларуси (отбор и порядок направления больных): Метод.реком.-Мн.:МГМИ, 2000.-39 с.
- Олиференко В.Т. Водотеплолечение. – М.: Медицина, 1986, 288 с.
- Справочник по физиотерапии/ В.Г.Ясногородский, Т.В.Карачевцева, Н.И.Стрелкова и др./ Под ред. В.Г.Ясногородского.-М.: Медицина, 1992.- 512 с.